

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „BABEȘ – BOLYAI”
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	DISCIPLINE TEORETICE ȘI KINETOTERAPIE
1.4 Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studiu / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ / Kinetoterapeut

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	BAZELE GENERALE ALE KINETOTERAPIEI						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector. dr. MANIU DRAGOS ADRIAN						
2.3 Titularul activităților de seminar/ LP	Lector. dr. MANIU DRAGOS ADRIAN						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DD

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	6	Din care: 3.2. curs	2	3.3 seminar/LP	4
3.4 Total ore din planul de învățământ	84	Din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/LP	56
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					2
Examinări					4
Alte activități:					4
3.7 Total ore studiu individual	42				
3.8 Total ore pe semestru	126				
3.9 Numărul de credite	5				

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	• Nu este cazul
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• In vederea bunei desfășurări a procesului educațional, studenții vor respecta termenele, vor alege și susține un referat care include și un set de exercitii, din temele propuse de titularul disciplinei.

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C 1. Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.</li> <li>• C 2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială).</li> <li>• C 3. Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică.</li> <li>• C 4. Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.</li> <li>• C5. Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică.</li> <li>•</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice.</li> </ul>

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Viziunea globală și unitară a studenților asupra noțiunilor teoretice și practice despre kinetoterapie. Interdisciplinalitatea modernitatea și caracterul practic ce trebuie să caracterizeze activitatea de recuperare fizică și motrice a populației indiferent de vârstă , sex și nivel de pregătire.</li> <li>• Cunoașterea valențelor profilactice și terapeutice a kinetoprofilaxiei și a kinetoterapiei. Cunoașterea implicațiilor kinetoterapiei în afecțiunile aparatelor și sistemelor organismului uman.</li> <li>• Cunoștințe generale despre domeniul patologic, fiziopatologic și special al kinetoterapiei.</li> <li>• Cunoștințe despre mijloacele Kinetoterapiei; activitățile corporale și exercițiile fizice specifice.</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Transmiterea de cunoștințe de specialitate din domeniul kinetologiei cu caracter formativ, aplicabile în școală și în kinetoterapie.</li> <li>• Cunoașterea multiplelor posibilități de acționare a kinetoterapiei asupra aparatului neuromioartrokinetic prin intermediul exercițiului fizic terapeutic</li> </ul>

## 8. Conținuturi

<b>8.1 Curs</b>	Metode de predare	Observații
<b>1.</b> Bazele terminologice ale kinetoterapiei. Scop Obiective operaționale	Curs interactiv	2 ore
<b>2.</b> Kinetologie, Kinetologie umană, Kinetoterapie – definiții, terminologie specifică.	Curs interactiv	2 ore

3. Tehnici, procedee și metode în kinetoterapie	Curs interactiv	4 ore
4. Bazele teoretice și practico-metodice ale tehnicilor în kinetoterapie.	Curs interactiv	4 ore
5. Bazele teoretice și practico-metodice ale procedeelelor în kinetoterapie.	Curs interactiv	4 ore
6. Bazele teoretice și practico-metodice ale metodelor în kinetoterapie.	Curs interactiv	4 ore
7. Sistemul mijloacelor kinetoterapiei	Curs interactiv	2 ore
8. Mijloacele ajutoare ale kinetoterapiei	Curs interactiv	2 ore
9. Mijloacele asociate kinetoterapiei	Curs interactiv	2 ore
10. Evaluarea în kinetoterapie. Obiectivele generale ale kinetoterapiei.	Curs interactiv	2 ore
		<b>Total 28 ore</b>

## Bibliografie

Suport de curs în format electronic

<b>8.2 Seminar / LP</b>	Metode de predare	Observații
1. Tehnici în kinetologie - clasificare. Tehnici akinetice. Imobilizarea. Posturarea. Posturări instrumentale. Poziții fundamentale și derivate.	Explicație, demonstrație	4 ore
2. Tehnici kinetice statice. Mișcarea. Con tracția musculară. Con tracția izometrică. Relaxarea musculară.	Explicație, demonstrație	2 ore
3. Tehnici kinetice dinamice. Mișcarea pasivă. Mobilizarea pasivă pură asistată. Mobilizarea autopasivă. Mobilizarea pasivo-activă. Mișcarea activă (reflexă, voluntară). Mișcarea activă pură. Mișcarea activă asistată. Mișcarea activă cu rezistență.	Explicație, demonstrație	4 ore
4. Programul recuperator kinetic. Obiective. Tehnici, metode și exerciții. Proiect de tehnologie didactică. Descrierea exercițiilor pe timpi. Sistemul ATE.	Explicație, demonstrație	4 ore
5. Exercițiul fizic kinetic.	Explicație, demonstrație	4 ore
6. Tehnici de facilitare neuromusculară proprioceptivă. Metoda Kabat. D1-D2 pentru membrul superior. D1-D2 pentru membrul inferior. Schemele pentru trunchi, cap și gât.	Explicație, demonstrație	4 ore
7. Schema bilaterală simetrică. Schema bilaterală simetrică reciprocă. Schema bilaterală asimetrică. Schema bilaterală asimetrică reciprocă. „Despicatul” și „liftingul”. Flexia și extensia trunchiului inferior.	Explicație, demonstrație	2 ore
8. Stretchingul- balistic, pasiv, activ, dinamic și izometric.	Explicație, demonstrație	4 ore
9. Metode și tehnici folosite pentru creșterea amplitudinii de mișcare. Inhibiția activă.	Explicație, demonstrație	2 ore
10. Alte tehnici FNP (de tonifiere, de inversare a antagoniștilor, speciale de relaxare).		4 ore
11. Metode de reeducare neuromotorie- analitice și funcționale.	Explicație, demonstrație	4 ore
12. Metode de reeducare neuromotorie- globale.	Explicație, demonstrație	4 ore
13. Metode și tehnici utilizate în reeducarea posturală	Explicație,	4 ore

și în recuperarea colanei vertebrale. Metode și tehnici de relaxare.	demonstrație	
<b>14.</b> Metode și tehnici folosite în recuperarea mâinii. Tehnici de mobilizare.	Explicație, demonstrație	4 ore
<b>15.</b> Tehnici pentru menținerea și creșterea forței și rezistenței musculare.	Explicație, demonstrație	4 ore
<b>16.</b> Evaluare finală		2 ore
		<b>Total 56 ore</b>

#### Bibliografie:

1. Albu, C.; Vlad, T.-L. (2004). Albu, A. *Kinetoterapia pasivă*. Iași:Ed. Polirom.
2. Barbu-Petruț, G. (2009) Copilul și motricitatea. Cluj-Napoca: Ed. MEGA.
3. Cordun, M. (1999). *Kinetologie medicală*. București: Ed. AXA;
4. Cordun, M. (2009). *Kinantropometrie*. București: Ed.CD Press.
5. Kisner, C.; Colby, L.A.(2007). *Therapeutic exercise - Foundation and techniques*.5th Edition. Philadelphia: F.A. Davis Company;
6. Marcu, V. (coord.); Dan, M. (2006). *Kinetoterapia/Physiotherapy*. Oradea: Ed. Universității din Oradea.
7. Marinescu, D. (2001). *Durerea lombară și sciatica – Metode de tratament*. București: Gemma Print.
8. Moraru, G.; Pâncotan, V. (1999). *Recuperare kinetică în reumatologie*. Oradea: Ed. Imprimeriei de vest.
9. Sbenghe, T. (1981). *Recuperarea medicală a sechelelor posttraumatice ale membrilor*. București: Ed.Medicală.
10. Sbenghe, T. (1987). *Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare*. București: Ed.Medicală.
11. Sbenghe, T. (1999). *Bazele teoretice și practice ale kinetoterapiei*. București: Ed.Medicală.
12. Sbenghe, T. (2008). *Kinesiologie, știința mișcării*. București: Ed.Medicală.
13. Pásztai, Z. (2004). *Kinetoterapie în neuropediatrie*. Oradea: Ed.ARIONDA.
14. Raisin, L. (2003). *Stretching pentru toți*. (Traducere de Dan-Mihai Pavelescu). București: Ed:Teora.
15. Robănescu, N. (1976). *Readaptarea copilului handicapat fizic*. București: Ed.Medicală.
16. Voss, E.D; Ionta, M.K; Myers, B.J. (1988). *Proprioceptive Neuromuskuläre Fazilitation (PNF) Bewegungsmuster und Techniken*. Stuttgart: Gustav Fischer Verlag;
17. Suport de curs format electronic.

#### **9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului**

Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Asociația Kinetoterapeuților din România, Centre de recuperare, Direcția pentru Sănătatea Publică, Inspectoratul Școlar Județean, Licee și Școli generale).

#### **10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
		Evaluare scrisă	50%
10.4 Curs			
10.5 Seminar/LP	Prezentarea tehnicilor și obiectivelor, explicarea indicațiilor și tehnicilor	Evaluare orală și practică	50 %

	aplicabile în funcție de obiectivele alese.		
10.6 Standard minim de performanță. In vederea intrării în examen, studenții vor respecta termenele, vor alege și susține un referat care include și un set de exercitii, din temele propuse de titularul disciplinei.			

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

21.06.2024

Lector. Dr. MANIU DRAGOS ADRIAN

Lector. Dr. MANIU DRAGOS ADRIAN



Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

21.06.2024

Prof.univ.dr.CIOCOI-POP DUMITRU RAREȘ