

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „Stefan cel Mare” din SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	APARATURA SI ECHIPAMENTE IN RECUPERARE SI MODELARE CORPORALA				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP.02.12
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DA

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I.a) Număr de ore, pe săptămână		Curs		Seminar		Laborator		Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ		Curs	1	Seminar	1	Laborator		Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	19
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	119
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	- reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă - punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități - dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoprojector
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: Calculatoare, Aparatura electronica
	Laborator	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar • C3. Utilizarea elementelor specifice domeniului
Competențe transversale	•

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - Prezentarea disciplinei, rolul distribuției sale în ansamblul disciplinelor din educație fizică și sport. - Înzestrarea studenților cu cunoștințe și priceperi pentru a putea interveni cu succes în situațiile care necesită acest lucru. • Prezentarea noțiunii de Biofizica și biomecanica și rolul distribuției sale în ansamblul disciplinelor din kinetoterapie. <p>CURS</p> <p>a. Cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilizarea corectă a termenilor de specialitate; - înțelegerea activității la această disciplină și a etapelor de dezvoltare a acesteia; - identificarea relațiilor existente între această disciplină și celelalte cuprinse în planul de învățământ și a rolului acesteia în formarea specialiștilor în domeniu; - cunoașterea rolurilor profesionale ale cadrelor didactice și a standardelor pentru profesia didactică. <p>b. Explicare și interpretare (explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei):</p> <ul style="list-style-type: none"> - explicarea și interpretarea ideilor, proceselor educaționale și a conținuturilor teoretice și practice specifice disciplinei; - analiza obiectivă a teoriei și practicii contemporane la această disciplină; - explicarea și interpretarea relației teorie – practică asociată cu formarea competențelor specifice profesiei; • - interpretarea raportului dintre instruire-educare-actiune-practică prin analiza transdisciplinară a diverselor concepte, modele teoretice, idei examinate în cadrul altor cursuri. <p>SEMINAR</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin: <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.;
-----------------------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;
--	--

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> • Echipamente pentru electroterapie2 ore • Echipamente și aparaturi pentru tracțiuni lombare, cervicale, aparate pentru spirometrie2 ore • Echipamente și aparaturi pentru suspensoterapie2 ore • Echipamente și aparaturi pentru scripetoterapie2 ore • Echipamente și aparaturi pentru hidrokinetoterapie.....2 ore • Echipamente și aparaturi din sălile de fitness2 ore • Echipamente și aparaturi pentru remodelare corporală2 ore 	14	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	
•			
•			
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> • F. Benedek – Echipamente, Instalații și Aparatură în Cultură Fizică, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2009 • F. Benedek – Echipamente și Aparate din cabinetele de recuperare, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2012 • F. Benedek – Echipamente și Aparate din sălile de forță și fitness, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2013 • Sbenge T. – Kinetoterapia în recuperarea afecțiunilor aparatului locomotor – Editura medical 1983 • Brown E. D. Neuman R. D. – Orthopedic secrete – Elsiwer 2004 			

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> • Noțiuni despre Echipamentele și Aparatele din cabinetele de recuperare.....4 ore • Noțiuni generale despre Echipamentele și Aparatele din sălile de forță și fitness6 ore • Noțiuni despre Echipamentele și Aparatele pentru remodelare corporal4 ore 	14		
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> • F. Benedek – Echipamente, Instalații și Aparatură în Cultură Fizică, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2009 • F. Benedek – Echipamente și Aparate din cabinetele de recuperare, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2012 • F. Benedek – Echipamente și Aparate din sălile de forță și fitness, Editura Universității 			

„Ștefan cel Mare” din Suceava, 2013

- Sbenghe T. – Kinetoterapia în recuperarea afecțiunilor aparatului locomotor – Editura medical 1983
- Brown E. D. Neuman R. D. – Orthopedic secrete – Elsvier 2004

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

- Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru al doilea ciclu de formare profesională, ciclul de master, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască masteranzii cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe masterand. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe masterandul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui masterand în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția masterandului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen oral sau scris	50%
Seminar		- colocviu individual	30%
Laborator			
Proiect		- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat, eseu, portofoliu , proiect)	20%

Standard minim de performanță

- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;
- realizarea temelor de lecție la seminarii

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
12.01.2016	<i>Benedek Florin</i>	<i>Benedek Florin</i>

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28 09 2013	<i>Benedek Florin</i>

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	<i>[Signature]</i>

PROGRAMA ANALITICĂ / FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	Universitatea „Ștefan cel Mare” din Suceava
Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Sport
Domeniul de studii	Kinetoterapie și Motricitate Specială
Ciclul de studii	Masterat
Programul de studii/calificarea	Kinetoprofilaxie, recuperare și modelare corporală

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	PSIHOMOTRICITATE				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius				
Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Colocviu
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementară				DF
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

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

Număr de ore pe săptămână	Curs	2	Seminar	Lucrări practice	1	Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	Curs	28	Seminar	Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	40
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	25
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	40
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	105
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă - punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități - dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector 	
Desfășurare aplicații	Seminar	•
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: planșe, scheme, figuri
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. • Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă). • Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. • Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. • Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică. • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală
Competențe cognitive	<p>a. Cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - definirea conceptelor de bază; - utilizarea corectă a termenilor de specialitate; - cunoștințe generale de bază, precum și necesare profesiei / disciplinei. <p>b. Explicare și interpretare (explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei):</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizarea de conexiuni între rezultatele cunoașterii; - argumentarea enunțurilor; - analiza și sinteza, generalizarea, concretizarea; - demonstrarea, organizarea și planificarea.
Competențe afectiv-valorice	<ul style="list-style-type: none"> - reacția pozitivă la sugestii, cerințe, sarcini didactice, satisfacția de a răspunde; - implicarea în activități științifice în legătură cu disciplina; - capacitatea de a avea un comportament etic; - capacitatea de a aprecia diversitatea și multiculturalitatea; - abilitatea de a colabora cu specialiști din alte domenii.

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

Obiectivul general al disciplinei	<p>OG1 - să înțeleagă conceptul de psihomotricitate și implicațiile acestuia în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii;</p> <p>OG2 - să cunoască și să îndeplinească în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice;</p> <p>OG3 - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptele însușite;</p> <p>OG4 - să cunoască diverse tehnici de implementare a conceptelor însușite;</p> <p>OG5 – să cunoască caracterul științific al specializării domeniului și să promoveze cultivarea unui climat științific de abordare a problemelor specific acestei specializări.</p>
Obiectivele specifice	<p>Curs</p> <p>OS1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>OS2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică;

		<p>- formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice.</p> <p>OS3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <p>- formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă;</p> <p>- formarea capacității de integrare în viața socială</p> <p>OS4. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera prin:</p> <p>- formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile;</p> <p>- formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului.</p>
	Seminar	
	Laborator	<p>Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <p>- formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.;</p> <p>- formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă;</p> <p>- formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;</p>
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 28 ore			
1. Conceptul de psihomotricitate – definiții și aspecte generale privind fundamentarea conceptului	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	
2. Etapele principale în evoluția psihomotrică a individului	2 ore		
3. Componentele de bază ale psihomotricității și ale conduitei motrice	4 ore		
4. Structura spațială și contrastele – componente ale psihomotricității.	2 ore		
5. Criteriile temporale în contextul psihomotricității	2 ore		
6. Coordonarea ritmică, dinamică, globală și echilibru	2 ore		
7. Structuri – componente ale psihomotricității	2 ore		
8. Educarea și reeducarea psihomotorie	4 ore		
9. Teste privind evaluarea capacității psihomotrice	2 ore		
10. Baterie de teste pentru aprecierea nivelului de dezvoltare a capacității de coordonare	2 ore		
11. Strategia elaborării proiectului educativ sau reeducativ	2 ore		
Bibliografie			
1. DOUCET C. (1982), „Les éléments de la motricité”, Bulletin des Educateurs Amicale de l’Essone, Nr. 24, Paris			
2. DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București			
3. HORGHIDAN V., (2000), Problematika psihomotricității, Editura Globus, București			
4. IFRIM M., (1981), Antropologia motrică, Editura Științifică și Enciclopedică, București			
5. LAPIERRE A., (1976), La reeducation physique, Edition J.B. Bailliere, Paris			
6. LAUZON F., (1990), Education psycomotrice. Source d’autonomie et de dynamism, Presses de L’Université du Québec, Québec			
7. MOTET D., (2001), Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii, Editura Fundației Humanitas, București			
8. PICQ L., VAYER Y., (1969), Educación psicomotriz y retraso mental, Editura Cientifico Médica, Madrid			
9. PICQ L., VAYER, P., (1972) - Education psycomotrice et arrieration mentale, Edition Doin, Paris			
10. RIGAL R., (1998), Motricite humaine – Développement moteur, P.U.Q., Quebec			
11. SOUBIRAN G.B., COSTE J.C., (1975), Psychomotricite et relaxation psychosomatique, Editure Doin, Paris			
12. TESTE FIZICE ȘI PSIHOMOTRICE, (2004), Institutul Național de Cercetare Pentru Sport, București			
13. THOMAS N., (2000), „Psychomotricité : Développement moteur de l’enfant”, Faculté de Médecine Pitié Salpetrière			
14. GROSU Bogdan-Marius, 2013, Fotbalul și psihomotricitatea la copiii de 8-10 ani, Editura Didactică și			

<p>Pedagogică, R.A. București</p> <p>15. GROSU Bogdan-Marius, 2014, Cercetări privind rolul componentelor psihomotricității la vârsta de 8-10 ani în fotbal, Editura Didactică și Pedagogică, R.A. București</p>
Bibliografie minimală
<ol style="list-style-type: none"> HORGHIDAN V., (2000), Problematika psihomotricității, Editura Globus, București DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București MOTET D., (2001), Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii, Editura Fundației Humanitas, București TESTE FIZICE ȘI PSIHOMOTRICE, (2004), Institutul Național de Cercetare Pentru Sport, București

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Lucrări practice= 14 ore		intuitive	
1. Metode și mijloace pentru descoperirea părților corpului și educarea conștientizării schemei propriului corp în cadrul unor acțiuni motrice	2 ore	(observarea, demonstrația), practice(exersarea)	
2. Metode și mijloace pentru dezvoltarea și educarea percepției și orientării spațio-temporale în cadrul unor acțiuni motrice	2 ore		
3. Metode și mijloace pentru dezvoltarea și educarea simțului chinestezic și a echilibrului static și dinamic în cadrul unor sarcini motrice	2 ore		
4. Metode și mijloace pentru dezvoltarea/educarea ambilateralității și ambidextriei în cadrul unor acțiuni motrice	2 ore		
5. Metode și mijloace pentru dezvoltarea/educarea ritmului și tempoului în cadrul unor acțiuni motrice	2 ore		
6. Metode și mijloace pentru dezvoltarea/educarea coordonării intersegmentare în cadrul unor acțiuni motrice	2 ore		
7. Metode și mijloace pentru dezvoltarea/educarea coordonării dinamice și a capacității de combinare (cuplare) a mișcărilor	2 ore		
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București HORGHIDAN V., (2000), Problematika psihomotricității, Editura Globus, București IFRIM M., (1981), Antropologia motrică, Editura Științifică și Enciclopedică, București LAPIERRE A., (1976), La reeducation physique, Edition J.B. Bailliere, Paris LAUZON F., (1990), Education psychomotrice. Source d'autonomie et de dynamism, Presses de L'Université du Québec, Québec MOTET D., (2001), Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii, Editura Fundației Humanitas, București RIGAL R., (1998), Motricite humaine – Developpment moteur, P.U.Q., Quebec SOUBIRAN G.B., COSTE J.C., (1975), Psychomotricite et relaxation psychosomatique, Editure Doin, Paris TESTE FIZICE ȘI PSIHOMOTRICE, (2004), Institutul Național de Cercetare Pentru Sport, București GROSU Bogdan-Marius, 2013, Fotbalul și psihomotricitatea la copiii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, R.A. București GROSU Bogdan-Marius, 2014, Cercetări privind rolul componentelor psihomotricității la vârsta de 8-10 ani în fotbal, Editura Didactică și Pedagogică, R.A. București 			
Bibliografie minimală			
<ol style="list-style-type: none"> HORGHIDAN V., (2000), Problematika psihomotricității, Editura Globus, București DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București MOTET D., (2001), Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii, Editura Fundației Humanitas, București TESTE FIZICE ȘI PSIHOMOTRICE, (2004), Institutul Național de Cercetare Pentru Sport, București 			

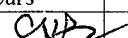
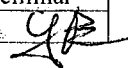
9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

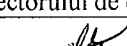
Conținutul disciplinei are drept scop asigurarea de competențe pentru îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate


a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen oral sau scris	
Lucrări practice		- colocviu individual	60%
Laborator		- alte activități (precizați):	
Proiect		- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat/ eseu/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe/ participare competiții sportive)	40%
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice 			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
21.09.2018	GROȘU BOGDAN-MIRCEA 	GROȘU BOGDAN-MIRCEA 

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.09.2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
28.09.2018	

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	MANAGEMENT IN SANATATE SI RECUPERARE				
Titularul activităților de curs	Lect.Univ.Dr. Bilha Claudia				
Titularul activităților de LP	Lect.Univ.Dr. Bilha Claudia				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	
Regimul disciplinei	Categoría formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP.02.11
	Categoría de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DA

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

Număr de ore pe săptămână	Total	Curs	1	Seminar	1	Lucrări practice		Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar	14	Lucrări practice		Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	19
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități:	

Total ore studiu individual	119
Total ore pe semestru	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector
------------------------	---

Desfășurare aplicații	Lucrări practice	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: videoproiector, documentare interactive, filme științifice medicale, planșe, mulaje, marker-e colorate, whiteboard, smartboard.
	Laborator	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Capacitatea de selecție, combinare și utilizare adecvată a ansamblului integrat, coerent dinamic și deschis de cunoștințe și abilități specifice domeniului • C2. Capacitatea de structurare logică a conținuturilor disciplinei • C3. Identificarea problematicii de bază a disciplinei și asimilarea elementelor necesare pentru aplicarea în practică a cunoștințelor teoretice însușite
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei • CT2. Utilizarea materialului didactic și a aparaturii specifice • CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională
Competențe cognitive	<p>a. Cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și utilizarea adecvată a notiunilor specifice disciplinei • Cunoașterea principalelor norme de comunicare • Cunoașterea principiilor de management în kinetoterapie • Cunoașterea regulilor de marketing în kinetoterapie <p>b. Explicare și interpretare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de a explica și interpreta conținuturile teoretice și practice ale disciplinei într-o abordare interdisciplinară
Competențe afectiv-valorice	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea unor atitudini normale de lucru privind studiul în cadrul disciplinei • Participarea proprie, activă la manifestările științifice în domeniu • Valorificarea optimă și creativă a potențialului propriu în activitățile colective • Utilizarea cunoștințelor prin schimburi de experiențe • Dezvoltarea profesională proprie • Implicarea în dezvoltarea instituțională și în promovarea cercetărilor științifice

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de a explica și interpreta conținuturile teoretice și practice ale disciplinei într-o abordare interdisciplinară • Formarea unor atitudini normale de lucru privind studiul în cadrul disciplinei • Participarea proprie, activă la manifestările științifice în domeniu • Valorificarea optimă și creativă a potențialului propriu în activitățile colective • Utilizarea cunoștințelor prin schimburi de experiențe
-----------------------------------	---

Obiectivele specifice	Curs	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea informațiilor pentru un stil util de management în sanătate și recuperare. • Recunoașterea similitudinilor cu managementul și marketingul general. • Cunoașterea managementului de proiect.
	Lucrări practice	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea problemelor cu care se confruntă sănătatea publică prin utilizarea unor pliante sau filme științifice. • Cunoașterea principalelor elemente de management și marketing în kinetoterapie și recuperare. • Explicarea conținutului disciplinei prin utilizarea documentarelor interactive, filme științifice medicale; planșe, mulaje, <i>marker</i>-e colorate • Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei • Deprinderea tehnicile de elaborare a unui proiect.
	Laborator	
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
MANAGEMENT și MARKETING în KINETOTERAPIE - curs 1. Comunicarea – metodă de lucru în kinetoterapie și recuperare. <i>Advocacy</i> și mobilizare socială. 2. Management general. Management în sănătate. Management în kinetoterapie. 3. Funcțiile managementului: 1. planificarea, 2. organizarea, 3. (coordonarea) funcții de conducere. 4. Funcțiile managementului: 4. (motivarea) funcții de personal (resurse umane), 5. controlul. 5. Management de proiect: 1. identificarea problemelor, 2. planificarea, 3. realizarea. 6. Management de proiect: 4. monitorizarea, 5. finalizarea și evaluarea. Surse de finanțare. 7. Management în sanătate și recuperare. Marketing în sănătate. Marketing în kinetoterapie.	28 ore	Expunere (prelegere), explicație, conversație	
Bibliografie			
1. Albu C, Gherguț A, Albu M. Dicționar de kinetoterapie. Ed. Polirom, Iași, 2007. 2. Bell C.R. Manageri și mentori. Ed. Curtea Veche, București, 2010. 3. Burduja Elena Dana, Ciurea D, Crețu Nadia. Management în sistemul de sănătate. CPSS (Centrul pentru politici și Servicii de Sănătate), București, 2010 (295p). ISBN 978-973-139-139-7 www.cpss.ro www.fondulglobal.ro www.globalfund.ro			

4. Burciu A. Curs Management general (19 capitole). Curs PROMED, Universitatea „Ștefan cel Mare”, Suceava, 2009.
5. Burciu A. Curs Management comparat. Curs PROMED, Universitatea „Ștefan cel Mare” (15 capitole), Suceava, 2009.
6. Carnegie D. Secretele succesului. Ed. Curtea Veche, București, 2006.
7. Carnegie D. Tehnici de a vinde. Ed. Curtea Veche, București, 2003.
8. Collins J. Excelența în afaceri. Ed. Curtea Veche, București, 2010.
9. De Bono E. Gândirea laterală. Ed. Curtea Veche, București, 2010.
10. Drucker P. Despre decizie și eficacitate. Ed. Meteor Press, București, 2007.
11. Lencioni P. Cinci disfuncții ale muncii în echipă. O fabulă despre lideri. Ed. Curtea Veche, București, 2010.
12. Lung Hana. Controlul minții. Ed. Paralela 45, 2009.
13. Qubein N.R. Profesionist în vânzări. Ed. Curtea Veche, București, 2010.
14. Curs elaborat de Psihologii Spitalului Județean Suceava: Comunicarea în mediul spitalicesc, 2014.

Bibliografie minimală

1. Burduja Elena Dana, Ciurea D, Crețu Nadia. Management în sistemul de sănătate. CPSS (Centrul pentru politici și Servicii de Sănătate), București, 2010 (295p). ISBN 978-973-139-139-7
www.cpss.rowww.fondulglobal.rowww.globalfund.ro
2. Burciu A. Curs Management general (19 capitole). Curs PROMED, Universitatea „Ștefan cel Mare”, Suceava, 2009.
3. Carnegie D. Secretele succesului. Ed. Curtea Veche, București, 2006.
4. Carnegie D. Tehnici de a vinde. Ed. Curtea Veche, București, 2003.
5. Curs elaborat de Psihologii Spitalului Județean Suceava: Comunicarea în mediul spitalicesc, 2014.

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
SEMINARIILE A CĂTE 2 ORE 1. Comunicarea – metodă de lucru în kinetoterapie și recuperare. <i>Advocacy</i> și mobilizare socială. 2. Management general. Management în sănătate. Management în kinetoterapie. 3. Funcțiile managementului: 1. planificarea, 2. organizarea, 3. (coordonarea) funcții de conducere. 4. Funcțiile managementului: 4. (motivarea) funcții de personal (resurse umane), 5. controlul. 5. Management de proiect: 1. identificarea problemelor, 2. planificarea, 3. realizarea. 6. Management de proiect: 4. monitorizarea, 5. finalizarea și evaluarea. Surse de finanțare. 7. Management în sănătate și recuperare. Marketing în sănătate.	14 ore	<ul style="list-style-type: none"> o Exerciții de prezentare a unui material în PwerPoint. o Observația, demonstrația și exercițiul. o Exerciții de întocmire a unui proiect. 	Lucrări interactive

Marketing în kinetoterapie.		
-----------------------------	--	--

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru MASTER, face parte din disciplinele optionale ce contribuie la formarea competențelor și capacităților generale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților practice specifice domeniului. Disciplina are ca scop cunoașterea problemelor cu care se confruntă sănătatea publică. Este o disciplină care contribuie la înțelegerea problemelor organizatorice de management în sănătate și recuperare.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		Examen	60%
Seminar			
Laborator		- portofoliu - prezenta și activitatea la lucrări - verificare practică	10% 10 % 20 %
Proiect		- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat, eseu, portofoliu, proiect)	

Standard minim de performanță

- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;
- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de LP
	<i>Claudia Bolte</i>	<i>Claudia Bolte</i>

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
29 09 2018	<i>[Signature]</i>

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	<i>[Signature]</i>

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	FITNESS ȘI MODELARE CORPORALĂ				
Titularul activităților de curs	PROF. UNIV. DR. FLORIN LEUCIUC				
Titularul activităților de seminar	PROF. UNIV. DR. FLORIN LEUCIUC				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I.a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	21	Seminar		Laborator	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Laborator	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	40
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	25
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	40
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	105
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> -capacități motrice generale -componentele condiției fizice optime -bazele fizice ale performanței - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă -punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități -remodelare, somatoscopie -creștere și dezvoltare armonioasă -menținerea unei stări optime de sănătate

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector, laptop, videoproiector 	
Desfășurare aplicații	Seminar	•
	Laborator	•

Proiect	•
---------	---

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar • C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic • C4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice pe grupe de vârstă • C5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport • C6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională • CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive • CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • - să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării; - să cunoască scopul, finalitățile și obiectivele predării; - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptul predării; - să cunoască diverse tehnici de predare; - să-și formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați.
	<p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului. <p>Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;
--	---

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Scurt istoric al educației fizice și sportului... 2 ore	28 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația), prelegere, problematizare, conversație euristică, metoda video	
Educația fizică și sportul fenomen social... 2 ore			
Noțiuni terminologice specifice educației fizice și sportului ... 2 ore			
Fitness-ul 6 ore			
Definiție și caracteristici 2 ore			
Clasificări ... 2 ore			
Componente ... 2 ore			
Elemente de anatomia și fiziologia efortului ... 2 ore			
Metode de lucru pentru îmbunătățirea condiției fizice ... 8 ore			
Calitățile motrice forța și rezistența ... 2 ore			
Calitatea motrică – viteza ... 2 ore			
Calitățile motrice - îndemânare și mobilitate ... 2 ore			
Deprinderile motrice de bază, utilitar aplicative ... 2 ore			
Pregătirea în condiții diverse ... 2 ore			
Evaluarea condiției fizice ... 4 ore			
Generalități, probe de evaluare a condiției fizice ... 2 ore			
Baterii de teste pentru evaluarea condiției fizice ... 2 ore			
Bibliografie			
1. Annesi, J., 2001, Effects of music, television, and a combination entertainment system on distraction, exercise adherence, and physical output in adults. Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement, volume 33(3), Jul 2001, p. 193-202			
2. Baechle, T. R., Earle, R. W., 2008, Essentials of Strength Training and Conditioning, 3rd Edition, Human Kinetics, Champaign			
3. Barney, D., Gust, A., Liguori, G., 2012, College Students' Usage of Personal Music			

Players (PMP) during Exercise. Journal of Research, volume 7, number 1, p. 23-26

4. Champy, P., Étevé, C., 1994, Dictionnaire encyclopédique de l'éducation et de la formation, éditions Nathan, Paris
5. Chandler T., Cronin M., Vamplew W., 2007, Sport and physical education. The key concepts (second edition), Routledge Taylor and Francis Group, London and New York
6. Deuster, A.P., 1997, The Navy SEAL physical fitness guide, F. Edward Herbert School of Medicine
7. Dragnea, A., Bota, A., 1999, Teoria activităților motrice (educație fizică, sport, activități de timp liber, kinetoterapie, activități de expresie corporală), editura Didactică și Pedagogică, R.A., București
8. Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S., M., 2002, Teoria sportului, editura FEST, București
9. Dumitru, G., 1997, Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București
10. Dyrland, A., Winiger, S., 2008, The Effects of Music Preference and Exercise Intensity on Psychological Variables. *Journal of Music Therapy*, Volume 45, Issue 2, p. 114-134
11. Federația Română Sportul pentru Toți, 2013, Buletin informativ, nr. 13, București
12. Ghervan, P., 2014, Teoria educației fizice și sportului, editura Universității Ștefan cel Mare din Suceava
13. Hoitan, C., 2011, Metoda Pilates, A.N.S.T., F.R.S.P.T., „Colecția Mișcarea este viață, viața este mișcare”, editura Afir, București
14. Jarraya, M., 2012, The Effects of Music on High-intensity Short-term Exercise in Well Trained Athletes. *Asian Journal of Sports Medicine*, Volume 3 (Number 4), December 2012, p. 233-238
15. Kirk, D., Cooke, C., Flintoff, A., McKenna, J., 2008, Key concepts in sport & exercise sciences, Sage Publications, London
16. Leuciuc F.V., 2014, Culturism, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava
17. Morrow, J.R., Jackson, A.W., Disch, J.G., Mood, D.P., 2005, Measurement and evaluation in human performance, third edition, Human Kinetics, Champaign
18. Nicu, A., coordonator, 2002, Enciclopedia educației fizice și sportului din România, volumul IV-Dicționar descriptiv și explicativ de noțiuni și termeni, editura Aramis Print, București
19. Simion, G., Simion, I., 2006, Arta pregătirii forței musculare. Editura Universității din Pitești
20. Singh, A., Bennett, T.L., Deuster P.A., 1999, Peak performance trough nutrition and exercise, F. Edward Herbert School of Medicine
21. Suciuc, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, Un alt mod de viață, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București
22. Suni, J., Husu, P., Rinne, M., 2009, Fitness for health: The ALPHA-FIT test battery for adults aged 18-69, UKK Institute fo Health Promotion Research, Tampere

Aplicații (Seminar / laborator / proiect) 14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (copii)	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), conversația	
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (tineri)	2 ore		
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (adulți)	2 ore		
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (vârstnici)	2 ore		
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (supraponderali)	2 ore		
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (obezitate grad I)	2 ore		

Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (obezitate grad II)	2 ore		
Evaluare			
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Council of Europe, Committee for the Development of Sport, 1993, Eurofit: handbook for EUROFIT tests of physical fitness, 2nd Edition, Strasbourg 2. Dumitru, G., 1997, Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București 3. Leuciuc F.V., 2014, Culturism, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava 4. Leuciuc F.V., 2015, Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava 5. Suci, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, Un alt mod de viață, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București 6. Suni, J., Husu, P., Rinne, M., 2009, Fitness for health: The ALPHA-FIT test battery for adults aged 18-69, UKK Institute fo Health Promotion Research, Tampere 			

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, din ciclul de formare profesională, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.

7. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen scris	50%
Lucrări practice		- colocviu individual	25%
		- probe de evaluare formativă (test docimologic - obligatoriu, referat/ eseu/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe/ participare competiții sportive – la alegere)	25%
Laborator		- alte activități (precizați):.....	
Proiect			

Standard minim de performanță

- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;
- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
24.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.09.2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ACTIVITĂȚI MOTRICE ADAPTATE				
Titularul activităților de curs	PROF. UNIV. DR. PETRU GHERVAN				
Titularul activităților de seminar	PROF. UNIV. DR. PETRU GHERVAN				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementară				DAP.01.01
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână		Curs	2	Seminar	1	Laborator		Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar	14	Laborator		Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	ore 30
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	25
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	64
II d) Tutoriat	
III Examinări	
IV Alte activități (precizați):	3

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	122
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> • abilitatea de a comunica cu specialiști din alte domenii - abilitatea de a înțelege particularitățile copiilor cu deficiențe; • abilitatea de a înțelege particularitățile copiilor cu deficiențe; • capacitatea de a analiza și decide anumite tipuri de exerciții fizice adaptate; • dezvoltarea capacității de analiza și sinteză a elevilor; • obținerea unei capacități individuale de comunicare fluente, accesibile; • aprofundarea abilităților de comunicare particulară a cazurilor cu dizabilități.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector, calculator 	
Desfășurare aplicații	Seminar	•
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, sala de sport, saltele, fluier
	Proiect	

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C 1. Dobândirea capacității de a corela diversitatea cunoștințelor dobândite pe durata semestrului C 2. Capacitatea de a folosi metode și instrumente noi de cercetare în domeniu C 3. Abilitatea de a gândi și de a crea proiecte de cercetare pe baza datelor existente C 4. Capacitatea de a-și organiza eficient activitatea profesională
Competențe transversale	CT 1. Pregătire tehnică și metodică corespunzătoare în funcție de vârstă, nivel de pregătire și obiectivul urmărit CT 2. Principiul activității integrate ce presupune însușirea metodologiei corespunzătoare rezolvării problemelor ridicate în activitatea motrică adaptată

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Însușirea principiilor, metodelor și formelor de predare adaptate specificului educației fizice și sportului la persoanele cu dizabilități • Formarea unui sistem de cunoștințe despre teoriile, principiile și legile care guvernează procesul de educație fizică și sport adaptat persoanelor cu handicap • Aplicarea în cadrul seminariilor a cunoștințelor necesare planificării, conducerii și evaluării procesului instructiv-educativ la nivelul ciclului gimnazial la persoanele cu dizabilități • Evaluarea performanțelor individuale la grupurile de persoane cu dizabilități
-----------------------------------	---

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Delimitări conceptuale (activitate fizică, activitatea motrică, activitatea fizică adaptată, educația fizică adaptată, deficiențe, handicap).....2 ore	14	Prezentare Power Point	
2. Educația integrată și echipa multidisciplinară.....2 ore		Prelegere	
3. Învățământul special (caracteristici și particularități). Principiile și scopurile învățământului special. Importanța activității motrice desfășurate prin intermediul jocului dinamic în cadrul învățământului special2 ore			
4. Clasificarea deficiențelor. Condiții speciale de desfășurare a activităților fizice. Spații improvizate (caracteristici, particularități și organizare)2 ore			
5. Educația fizică și sportul adaptat – activități motrice formative.....2 ore			
6. Noțiuni de didactică a educației fizice și sportului adaptat. Obiectivele educației fizice și sportului adaptat 2 ore			
7. Principii și metode didactice în educația fizică și sportul adaptat. Specificul învățării motrice la persoanele cu deficiențe2 ore			
•			
•			
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> • Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava • Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea • Prodea, C. (2015) Activități motrice adaptate pentru persoanele aflate în condiții speciale, Cluj-Napoca • Sbhnghe, T. (2002) Kinesologie-știința mișcării, Ed. Medicală, București 			
Bibliografie minimală			
<ul style="list-style-type: none"> • Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava • Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea 			

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe osteo-articulare și musculo-scheletale4 ore	14	Intuitive (observarea, demonstrația) Practice (exersarea)	
2. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe mintale2 ore			
3. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe de vedere 2 ore			
4. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu deficiențe de auz2 ore			
5. Activitățile motrice adaptate la persoanele cu afecțiuni neurologice.....2 ore			
6. Evaluare practică2 ore			

Bibliografie

- Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava
- Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea
- Prodea, C. (2015) Activități motrice adaptate pentru persoanele aflate în condiții speciale, Cluj-Napoca
- Sbenghe, T. (2002) Kinesologie-știința mișcării, Ed. Medicală, București

Bibliografie minimală



- Ghervan, P. (2014) Teoria educației fizice și sportului, Ed. Universității Ștefan cel Mare Suceava
- Cristea D., Ștef M., Dragoș P. (2014) Activități motrice adaptate, Oradea

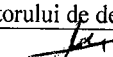
Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului


- Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru al II-lea ciclu de formare profesională, ciclul de master, face parte din domeniul de specialitate, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților viitorului specialist în domeniul Științelor motricității umane, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor.

9. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		Examen scris	50%
Seminar		Participarea la dezbateri și evaluarea la testul scris	30%
Laborator			
Proiect		Prezentare de referat pentru recuperare în afecțiuni specifice	20%
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei • cunoașterea problemelor de bază din domeniu • parcurgerea bibliografiei minimale • participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru • realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice 			

Data completării 30.09.2018	Semnătura titularului de curs 	Semnătura titularului de seminar 
--------------------------------	--	---

Data avizării în departament 28 09 2018	Semnătura directorului de departament 
--	--

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului 
--------------------------------------	--

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „Stefan cel Mare” din SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BIOFIZICA SI BIOMECANICA				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categoría formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP.01.02
	Categoría de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I.a) Număr de ore, pe săptămână		Curs	1	Seminar	2	Laborator		Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	14	Seminar	28	Laborator		Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	52
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	30
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	132
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	175
Numărul de credite	7

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
------------	---

Competențe	<ul style="list-style-type: none"> - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă -punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități -dezvoltarea personalității
------------	--

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: Calculatoare, Aparatura electronica
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> •
	Proiect	<ul style="list-style-type: none"> •

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar • C3. Utilizarea elementelor specifice domeniului
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> •

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - Prezentarea disciplinei, rolul distribuției sale în ansamblul disciplinelor din educație fizică și sport. - Înzestrarea studenților cu cunoștințe și priceperi pentru a putea interveni cu succes în situațiile care necesită acest lucru. • Prezentarea noțiunii de Biofizica și biomecanica și rolul distribuției sale în ansamblul disciplinelor din kinetoterapie.
	<p>CURS</p> <p>a. Cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilizarea corectă a termenilor de specialitate; - înțelegerea activității la această disciplină și a etapelor de dezvoltare a acesteia; - identificarea relațiilor existente între această disciplină și celelalte cuprinse în planul de învățământ și a rolului acesteia în formarea specialiștilor în domeniu; - cunoașterea rolurilor profesionale ale cadrelor didactice și a standardelor pentru profesia didactică. <p>b. Explicare și interpretare (explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei):</p> <ul style="list-style-type: none"> - explicarea și interpretarea ideilor, proceselor educaționale și a conținuturilor teoretice și practice specifice disciplinei; - analiza obiectivă a teoriei și practicii contemporane la această disciplină;


	<p>- explicarea și interpretarea relației teorie – practică asociată cu formarea competențelor specifice profesiei;</p> <ul style="list-style-type: none"> - interpretarea raportului dintre instruire-educare-actiune-practică prin analiza transdisciplinară a diverselor concepte, modele teoretice, idei examinate în cadrul altor cursuri. <p>SEMINAR</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin: <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;
--	---

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> • BIOFIZICĂ • Arhitectura celulei, Noțiuni de termodinamică și fizică statică1 ore • Bazele termodinamice ale reacțiilor biochimice1 ore • Mișcări aleatoare. Difuzia1 ore • Curgerea fluidelor. Comportarea la nivel microscopic1 ore • Echilibrul ionic și apos1 ore • Structura apei și efectele de hidratare ...1 ore • Termodinamica fluxurilor1 ore • BIOMECHANICĂ • Introducere în biomecanică1 ore • Principii fundamentale ale mecanicii aplicată la activitatea motorie umană.....1 ore • Cinematica1 ore • Statica1 ore • Dinamica1 ore • Metode pentru determinarea centrului de greutate al corpului1 ore • Analiza biomecanică cu ajutorul cinematografiei1 ore 	14	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	
•			
•			
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> • Roland Glaser – Biophysic Springer Berlin 2000 • Zves Thomas Bases de biophysique generale Herman Paris 2001 • Petrescu emil Cristina Cîrtoaje – Complimente de Biofizică 2011 • A., Iliescu – Biomecanica exercițiilor fizice. Editura Stadion, 1970. • Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Iași, 2009 • T., Maros – Curs de anatomie. Editura I.M.F. Tg. Mureș, 1968 • M., Ifrim, A., Iliescu – Anatomia și biomecanica educației fizice și sportului. Editura 			

	proiect)	
Standard minim de performanță		
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; • realizarea temelor de lecție la seminarii 		

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
12.09.2018	<i>Benedek Horbau</i>	<i>Benedek Horbau</i>

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28 09 2018	<i>Benedek Horbau</i> 

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	OPTIMIZAREA CONDIȚIEI FIZICE ȘI MODELARE CORPORALĂ				
Titularul activităților de curs	PROF. UNIV. DR. FLORIN LEUCIUC				
Titularul activităților de seminar	PROF. UNIV. DR. FLORIN LEUCIUC				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I.a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	21	Seminar		Laborator	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Laborator	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	40
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	25
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	40
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	105
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> -capacități motrice generale -componentele condiției fizice optime -bazele fizice ale performanței - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă -punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități -remodelare, somatoscopie -creștere și dezvoltare armonioasă -menținerea unei stări optime de sănătate

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector, laptop, videoproiector 	
Desfășurare aplicații	Seminar	•
	Laborator	•

Proiect	•
---------	---

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar • C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic • C4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice pe grupe de vârstă • C5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport • C6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională • CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive • CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • - să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării; - să cunoască scopul, finalitățile și obiectivele predării; - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptul predării; - să cunoască diverse tehnici de predare; - să-și formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați.
	<p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului. <p>Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;
--	---

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Condiția fizică / fitness-ul în contextul societății contemporane ...2 ore	28	Verbale (expunerea, explicația, conversația), prelegere, problematizare, conversație euristică, metoda video	
Conceptul de condiția fizică / fitness în literatura de specialitate (definiție, clasificare) ... 2 ore			
Conceptul de condiția fizică / fitness în literatura de specialitate (component, principia de lucru) ... 2 ore			
Rolul și importanța condiției fizice în kinetoprofilaxie, recuperare și modelare corporală (istoric, kinetoprofilaxie) ... 2 ore			
Rolul și importanța condiției fizice în kinetoprofilaxie, recuperare și modelare corporală (recuperare, modelare corporală) ... 2 ore			
Compoziția corporală (tipuri constituționale umane) ... 2 ore			
Compoziția corporală (sisteme energetice) ... 2 ore			
Rolul alimentației în practicarea exercițiilor fizice ... 2 ore			
Îmbunătățirea / menținerea condiției fizice (forță, viteză) ... 2 ore			
Îmbunătățirea / menținerea condiției fizice (rezistență, capacitate coordinative, mobilitate) ... 2 ore			
Exerciții calistenice. Metoda Pilates ... 2 ore			
Vârsta, efectele bolilor și condiția fizică ... 2 ore			

Obiceiuri pentru un stil de viață sănătos ... 2 ore
Evaluarea condiției fizice la diferite categorii de populație
... 2 ore

Bibliografie

1. Annesi, J., 2001, Effects of music, television, and a combination entertainment system on distraction, exercise adherence, and physical output in adults. *Canadian Journal of Behavioural Science/Revue canadienne des sciences du comportement*, volume 33(3), Jul 2001, p. 193-202
2. Baechle, T. R., Earle, R. W., 2008, *Essentials of Strength Training and Conditioning*, 3rd Edition, Human Kinetics, Champaign
3. Barney, D., Gust, A., Liguori, G., 2012, College Students' Usage of Personal Music Players (PMP) during Exercise. *Journal of Research*, volume 7, number 1, p. 23-26
4. Champy, P., Étevé, C., 1994, *Dictionnaire encyclopédique de l'éducation et de la formation*, éditions Nathan, Paris
5. Chandler T., Cronin M., Vamplew W., 2007, *Sport and physical education. The key concepts (second edition)*, Routledge Taylor and Francis Group, London and New York
6. Deuster, A.P., 1997, *The Navy SEAL physical fitness guide*, F. Edward Herbert School of Medicine
7. Dragnea, A., Bota, A., 1999, *Teoria activităților motrice (educație fizică, sport, activități de timp liber, kinetoterapie, activități de expresie corporală)*, editura Didactică și Pedagogică, R.A., București
8. Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S., M., 2002, *Teoria sportului*, editura FEST, București
9. Dumitru, G., 1997, *Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia*, Federația Română Sportul pentru Toți, București
10. Dyrland, A., Winiger, S., 2008, The Effects of Music Preference and Exercise Intensity on Psychological Variables. *Journal of Music Therapy*, Volume 45, Issue 2, p. 114-134
11. Federația Română Sportul pentru Toți, 2013, *Buletin informativ*, nr. 13, București
12. Ghervan, P., 2014, *Teoria educației fizice și sportului*, editura Universității Ștefan cel Mare din Suceava
13. Hoitan, C., 2011, *Metoda Pilates*, A.N.S.T., F.R.S.P.T., „Colecția Mișcarea este viață, viața este mișcare”, editura Afir, București
14. Jarraya, M., 2012, The Effects of Music on High-intensity Short-term Exercise in Well Trained Athletes. *Asian Journal of Sports Medicine*, Volume 3 (Number 4), December 2012, p. 233-238
15. Kirk, D., Cooke, C., Flintoff, A., McKenna, J., 2008, *Key concepts in sport & exercise sciences*, Sage Publications, London
16. Leuciuc F.V., 2014, *Culturism*, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava
17. Morrow, J.R., Jackson, A.W., Disch, J.G., Mood, D.P., 2005, *Measurement and evaluation in human performance*, third edition, Human Kinetics, Champaign
18. Nicu, A., coordonator, 2002, *Enciclopedia educației fizice și sportului din România*, volumul IV-Dicționar descriptiv și explicativ de noțiuni și termeni, editura Aramis Print, București
19. Simion, G., Simion, I., 2006, *Arta pregătirii forței musculare*. Editura Universității din Pitești
20. Singh, A., Benett, T.L., Deuster P.A., 1999, *Peak performance trough nutrition and exercise*, F. Edward Herbert School of Medicine
21. Suciuc, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, *Un alt mod de viață*, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București
22. Suni, J., Husu, P., Rinne, M., 2009, *Fitness for health: The ALPHA-FIT test battery for adults aged 18-69*, UKK Institute fo Health Promotion Research, Tampere

Aplicații (Seminar / laborator / proiect) 14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (copii)	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), conversația	
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (tineri)	2 ore		
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (adulți)	2 ore		
Program de condiționare fizică după afecțiuni ale aparatului locomotor (vârstnici)	2 ore		
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (supraponderali)	2 ore		
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (obezitate grad I)	2 ore		
Program de condiționare fizică pentru modelare corporală (obezitate grad II)	2 ore		
Evaluare			

Bibliografie

1. Council of Europe, Committee for the Development of Sport, 1993, Eurofit: handbook for EUROFIT tests of physical fitness, 2nd Edition, Strasbourg
2. Dumitru, G., 1997, Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia, Federația Română Sportul pentru Toți, București
3. Leuciuc F.V., 2014, Culturism, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava
4. Leuciuc F.V., 2015, Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava
5. Suciuc, A., Dumitru, G., Aron, A., 2003, Un alt mod de viață, Federația Română Sportul pentru Toți, editura Afir, București
6. Suni, J., Husu, P., Rinne, M., 2009, Fitness for health: The ALPHA-FIT test battery for adults aged 18-69, UKK Institute fo Health Promotion Research, Tampere



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

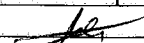
Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, din ciclul de formare profesională, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.


7. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen scris	50%
Lucrări practice		- colocviu individual	25%
Laborator		- alte activități (precizați):	
Proiect		- probe de evaluare formativă (test docimologic - obligatoriu, referat/ eseu/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe/ participare competiții sportive – la alegere)	25%
Standard minim de performanță			

- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;
- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
24.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28 09 2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA STEFAN CEL MARE SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI REMODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Dietă și nutriție				
Titularul activităților de curs	Prof. dr. Mihai Covașă				
Titularul activităților de seminar	Prof. dr. Mihai Covașă				
Anul de studiu	1	Semestrul	1	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP.01.04
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I.a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	2	Seminar		Laborator	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Laborator	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	30
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	22
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	82
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	125
Numărul de credite	5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	<ul style="list-style-type: none">• Absolvent studii de licență
Competențe	<ul style="list-style-type: none">• Anatomia și fiziologia omului

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none">• Videoproiector, computer	
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none">•
	Laborator	<ul style="list-style-type: none">• Tablă, videoproiector, computer
	Proiect	<ul style="list-style-type: none">•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none">• Definirea și clasificarea nevoilor nutriționale pe grupe de vârstă: copil, adult, vârstnic, dar și la sportivi• Utilizarea conceptelor fundamentale pentru analiza și interpretarea nevoilor nutriționale și a aspectelor nutriționale pe grupe de vârstă• Dezvoltarea și aplicarea strategiilor specifice nevoilor nutriționale și a aspectelor nutriționale la diferite grupe de vârstă
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none">• Identificarea obiectivelor de realizat, a resurselor disponibile, condițiilor de finalizare a acestora, etapelor de lucru, timpilor de lucru, termenelor de realizare aferente și riscurilor aferente• Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă pluridisciplinară și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei și în relație cu pacientul• Utilizarea eficientă a surselor informaționale și a resurselor de comunicare și formare profesională asistată (portaluri Internet, aplicații software de specialitate, baze de date, cursuri on-line etc.) atât în limba română cât și într-o limbă de circulație internațională.

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">• Însusirea unor elemente de bază legate de digestia, absorbția și metabolizarea nutrienților
	<ul style="list-style-type: none">• Însușirea unor termeni de specialitate, importanți în practica curentă și în colaborarea cu specialiști din alte domenii

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none">• Ce este nutriția? Introducere	2	Prezentare power point/ slideuri	
<ul style="list-style-type: none">• Alimentația sănătoasă	2		
<ul style="list-style-type: none">• Recomandările zilnice și etichetele nutriționale	2		
<ul style="list-style-type: none">• Digestia	2		

• Absorbția și excreția	2		
• Carbohidrații și fibrele	2		
• Lipidele	2		
• Proteinele	2		
• Balanța energetică și compoziția corporală a. componentele balanței energetice b. reglarea neuroendocrină a balanței energetice c. utilizarea substratelor energetice d. estimarea necesarului energetic e. calcularea aportului energetic	2		
• Vitaminele solubile în apă	2		
• Vitaminele solubile în grăsimi	2		
• Macrominerale	2		
• Microminerale	2		
• Apa și electroliții	2		
Bibliografie			
• Mariana Graur. Nutriție și dietetică, Ed. Junimea, Iași, 2006			
• Gabriela Negrișanu . Tratat de Nutriție, Editura Brumar Timișoara, 2005			
• Mincu I. Alimentația dietetică a omului sănătos și a omului bolnav. Ed. Enciclopedică 2007			

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Caiet LP- Jurnalul alimentar pe 3 zile și analiza datelor utilizând sistemul MyFitnessPal On-line	2		
2. Caiet LP- Carbohidrații și fibrele în dietă * Identificarea Carbohidraților pe etichetele alimentare	2		
3. Caiet LP- Grăsimile din dietă * Cantitate și calitate	2		
4. Caiet LP- Proteinele din dietă	2		
5. Caiet LP- Balanța energetică și rolul exercițiului fizic *Numărarea și calcularea caloriilor	2		
6. Caiet LP- Formularea dietei sănătoase Studiu de caz: Obezitate	2		
7. Caiet LP-Etichetele nutriționale- Semnificația cifrelor	2		
Bibliografie			
• Mariana Graur. Nutritie si dietetica, Ed. Junimea, Iasi, 2006			
• Gabriela Negrisanu . Tratat de Nutritie, Editura Brumar Timisoara, 2005			
• Mincu I. Alimentația dietetică a omului sănătos și a omului bolnav. Ed. Enciclopedica 2007			

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

- Abordarea tematicii în conformitate cu calificarea viitoare și menținerea discuțiilor practice cu specificul de activitate din cabinetul de nutriție/kinetoterapie.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Examen	Teste grila cu răspunsuri unice și multiple	50%
	Evaluare pe parcurs	Idem	5%
		Frecvența la curs	5%
Seminar			
Laborator	Colocviu	Caz clinic ipotetic	25%
	Evaluare pe parcurs	Teste grilă cu răspunsuri unice și multiple	15%
Proiect			
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • însușirea unor noțiuni de bază privind recomandările nutriționale în vigoare • însușirea unor elemente de bază în ceea ce privește necesarul caloric și de macronutrienți • calculul necesarului/aportului caloric și de macronutrienți • însușirea unor noțiuni de bază privind metabolismul normal și nutriția în diferite perioade fiziologice • însușirea unor noțiuni legate de comportamentul alimentar, obezitate, aprecierea statusului nutrițional • însușirea unor noțiuni privind evaluarea comportamentului alimentar și evaluarea balanței energetice 			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
21.09.2018	<i>L. Corasă</i>	<i>L. Corasă</i>

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
<i>28 09 2018</i>	<i>[Signature]</i>

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	<i>[Signature]</i>

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” DIN SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii/calificarea	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei		Metode de evaluare și explorare în kinetoprofilaxie și recuperare			
Titularul activităților de curs		Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius			
Titularul activităților de seminar		Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius			
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categoría formativă a disciplinei				DAP.02.05
	DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				
Regimul disciplinei	Categoría de opționalitate a disciplinei:				DO
	DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				

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

Număr de ore pe săptămână	Total	Curs	2	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	30
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități: cursuri+lucrări practice - frontal	

Total ore studiu individual	130
Total ore pe semestru	175
Numărul de credite	7

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă - punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități - dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector
Desfășurare aplicații	Seminar	•
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: planșe, scheme, figuri

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. • Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă). • Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. • Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. • Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică. • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală
Competențe cognitive	<p>a. Cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - definirea conceptelor de bază; - utilizarea corectă a termenilor de specialitate; - cunoștințe generale de bază, precum și necesare profesiei / disciplinei. <p>b. Explicare și interpretare (explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei):</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizarea de conexiuni între rezultatele cunoașterii; - argumentarea enunțurilor; - analiza și sinteza, generalizarea, concretizarea; - demonstrarea, organizarea și planificarea.
Competențe afectiv-valorice	<ul style="list-style-type: none"> - reacția pozitivă la sugestii, cerințe, sarcini didactice, satisfacția de a răspunde; - implicarea în activități științifice în legătură cu disciplina; - capacitatea de a avea un comportament etic; - capacitatea de a aprecia diversitatea și multiculturalitatea; - abilitatea de a colabora cu specialiști din alte domenii.

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

Obiectivul general al disciplinei	<p>OG1 - să înțeleagă conceptul de evaluare și explorare și implicațiile acestuia în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii;</p> <p>OG2 - să cunoască și să îndeplinească în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice;</p> <p>OG3 - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptele</p>
-----------------------------------	---

		<p>însușite;</p> <p>OG4 - să cunoască diverse tehnici de implementare a conceptelor însușite;</p> <p>OG5 – să cunoască caracterul științific al specializării domeniului și să promoveze cultivarea unui climat științific de abordare a problemelor specific acestei specializări.</p>
Obiectivele specifice	Curs	<p>OS1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>OS2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, <p>codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice.</p> <p>OS3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială <p>OS4. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului.
	Seminar	
	Laborator	<p>Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitate lor de instrumente ale comunicării;
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 28 ore	2 ore	Verbale	
1. Conceptul de evaluare și explorare în kinetoprofilaxie și recuperare – definiții și aspecte generale privind fundamentarea conceptului	2 ore	(expunerea, explicația, conversația)	
2. Validitatea – condiție metodologică pentru relevanță, obiectivitate și încredere în datele culese	2 ore		
3. Măsurarea – Funcțiile și instrumentele măsurării. Măsurări discrete, măsurări continue	2 ore		
4. Nivelurile măsurării	2 ore		
5. Sistemul internațional de măsură	2 ore		
6. Testele ca instrumente de măsură	2 ore		
7. Elementele componente ale unei operații de măsurare	2 ore		
8. Metodele de evaluare și măsurare (explorare)	2 ore		
9. Erorile de măsurare	2 ore		
10. Măsurarea principalelor valori fiziologice	2 ore		
11. Evaluarea somatometrică	2 ore		
12. Evaluarea capacității de efort	2 ore		
13. Examinarea motricității și a psihomotricității	2 ore		
14. Examinarea pluridimensională a fenomenului de deficiență/handicap. Schema generală	2 ore		
Bibliografie			
1. DOUCET C. (1982), „Les éléments de la motricité”, Bulletin des Éducateurs Amicale de l’Essone, Nr. 24, Paris 2. DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București 3. HORGHIDAN V., (2000), Problematika psihomotricității, Editura Globus, București 4. IFRIM M., (1981), Antropologia motrică, Editura Enciclopedică și Enciclopedică, București 5. EPURAN M. (2005), Metodologia cercetării activităților corporale, FEST, București 6. VLAD E. (1999), Evaluarea și actul educațional terapeutic, Editura „Prohumanitate”, București 7. VIRGIL T. (2005), Măsurare și evaluare în cultură fizică și sport, Editura Alpha MDN, Buzău			
Bibliografie minimală			
1. HORGHIDAN V., (2000), Problematika psihomotricității, Editura Globus, București			

2. DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București
3. MOTEȘ D., (2001), Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii, Editura Fundației Humanitas, București
4. TESTE FIZICE ȘI PSIHOMOTRICE, (2004), Institutul Național de Cercetare Pentru Sport, București

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Lucrări practice= 14 ore	2 ore	intuitive	
1. Măsurarea condiției fizice	2 ore	(observarea, demonstrația), practice(exersarea)	
2. Măsurători cardio-respiratorii	2 ore		
3. Măsurătorile de compoziție a corpului	2 ore		
4. Măsurători antropometrice	2 ore		
5. Măsurarea parametrilor psihomotrici	2 ore		
6. Măsurători kinestetice	2 ore		
7. Folosirea computerului în masurare și explorare	2 ore		
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. DOUCET C. (1982), „Les éléments de la motricité”, Bulletin des Educateurs Amicales de l'Essone, Nr. 24, Paris 2. DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București 3. HORGHIDAN V., (2000), Problematika psihomotricității, Editura Globus, București 4. IFRIM M., (1981), Antropologia motrică, Editura Științifică și Enciclopedică, București 5. EPURAN M. (2005), Metodologia cercetării activităților corporale, FEST, București 6. VLAD E. (1999), Evaluarea în actul educațional terapeutic, Editura „Prohumanitate”, București 7. VIRGIL T. (2005), Măsurare și evaluare în cultură fizică și sport, Editura Alpha MDN, Buzău 			
Bibliografie minimală			
<ol style="list-style-type: none"> 1. TESTE FIZICE ȘI PSIHOMOTRICE, (2004), Institutul Național de Cercetare Pentru Sport, București 2. DRAGNEA A., (1999), Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București 3. VLAD E. (1999), Evaluarea în actul educațional terapeutic, Editura „Prohumanitate”, București 			

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


Conținutul disciplinei are drept scop asigurarea de competențe pentru îndeplinirea în condiții de eficiență


și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice.

10.Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen oral sau scris	
Lucrări practice		- colocviu individual	60%
Laborator		- alte activități (precizați):.....	
Proiect		- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat, eseu, portofoliu , proiect)	40%
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;- parcurgerea bibliografiei minimale;- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28 09 2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	

PROGRAMA ANALITICĂ / FIȘA DISCIPLINEI

Vizat,

Decan: (nume, prenume,
semnătura)

Data:

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT profesionalizare - aprofundare
Programul de studii/calificarea	Kinetoprofilaxie, recuperare și remodelare corporală

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ERGOFIZIOLOGIE ȘI FIZIOPATOLOGIE				
Titularul activităților de curs	Lect.Univ.Dr. Bilha Claudia				
Titularul activităților de seminar	Lect.Univ.Dr. Bilha Claudia				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei			DF	
	DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementară				
Regimul disciplinei	Categorია de opționalitate a disciplinei:			DO	
	DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				

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

Număr de ore pe săptămână	2	Curs	1	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	40
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități:	41

Total ore studiu individual	144
Total ore pe semestru	175
Numărul de credite	7

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	- Cunoștințe generale de anatomie umană, fiziologie, kinetoprofilaxie, semiologie și patologie - Cunoștințe generale de biomecanică - Facultativ, elemente de Nutritie și dietetică

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector
Desfășurare aplicații	LP	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: videoproiector, documentare interactive, filme științifice medicale, planșe, mulaje, marker-e colorate, whiteboard, smartboard, pulsoximetru, tensiometru, spirometru, dinamometru etc.
	Laborator	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Capacitatea de selecție, combinare și utilizare adecvată a ansamblului integrat, coerent dinamic și deschis de cunoștințe și abilități specifice domeniului • C2. Capacitatea de structurare logică a conținuturilor disciplinei
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei • CT2. Utilizarea materialului didactic și a aparaturii specifice din laboratorul de științe medicale • CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională
Competențe cognitive	<p>a. Cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și utilizarea adecvată a notiunilor specifice disciplinei • Cunoașterea principalelor funcții ale organismului uman • Înțelegerea mecanismelor prin care se asigură homeostazia organismului în efort fizic și în condiții patologice • Cunoașterea factorilor care influențează (modulează) mecanismele adaptative la mediul extern <p>b. Explicare și interpretare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de a explica și interpreta conținuturile teoretice și practice ale disciplinei într-o abordare interdisciplinară
Competențe afectiv-valorice	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea unor atitudini normale de lucru privind studiul în cadrul disciplinei • Participarea proprie, activă la manifestările științifice în domeniu • Valorificarea optimă și creativă a potențialului propriu în activitățile colective • Utilizarea cunoștințelor prin schimburi de experiențe • Dezvoltarea profesională proprie • Implicarea în dezvoltarea instituțională și în promovarea cercetărilor științifice

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

Obiectivul general al disciplinei	<p>Să definească funcțiile normale ale structurilor organismului uman. Să informeze despre complexitatea morfofuncțională a viului (de la celulă la organism). Să cunoască funcțiile vitale și mecanismele ce le asigură. Să coreleze noțiunile de anatomie cu funcțiile îndeplinite de aparatele și sistemele organismului. Să conștientizeze integralitatea ființei umane privită holistic. Să cunoască posibilitățile neuro-endocrino-metabolice de adaptare la mediul extern, la factorii exogeni. Să detalieze fiziologia efortului fizic. Să integreze elementele de fiziopatologie, mai ales a efortului fizic.</p>
Obiectivele specifice	<p>Curs</p> <p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acțiune și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive.

		<p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. 5. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului.
	LP	<p>Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării. <p>Evaluare periodică și aprecierea studenților. Emulație și ierarhizarea după calitatea învățării.</p> <p>Verificarea Caietului de lucrări practice al fiecărui student.</p>
	Laborator	
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 14 ore ERGOFIZIOLOGIE ȘI FIZIOPATOLOGIE	14 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația etc.), Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).	
1.DEFINIȚIA FIZIOLOGIEI (generale și speciale) a omului. ERGOFIZIOLOGIA. FIZIOPATOLOGIA. Mecanismele fiziologice generale. Argumente pentru învățarea fiziologiei, ergofiziologiei și fiziopatologiei. Compoziția chimică a materiei vii. Proprietățile fundamentale ale materiei vii. FIZIOLOGIA CELULARĂ. Structura și funcțiile componentelor celulei. Schimburile de substanțe și transferul de informație între celule. FIZIOLOGIA EFORTULUI FIZIC. Tipuri de efort. Efortul fizic și antrenamentul sportiv. Tipurile de efort fizic. Particularitățile biochimice, neurofiziologice și hormonale ale efortului fizic. Efectele biologice ale efortului fizic: imediate și tardive, la antrenări sau sedentari. FIZIOPATOLOGIA celulei. FIZIOPATOLOGIA GENERALA.	2	Idem	
2. Adaptarea organismului uman la efort fizic. Sindromul general de adaptare. Antrenamentul. Tipuri de adaptare a organismului la efort fizic. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI LOCO-MOTOR. Sistemul osos: compoziție chimică; corelații histofiziologice; osteogeneză, osteoliză și remodelarea osului; metabolismul, dezvoltarea și creșterea oaselor. Rolul sistemului osos. Tipuri de articulații și mișcări. Sistemul muscular: compoziția biochimică; proprietățile mușchilor; sarcomerul; mecanismele contracției și relaxării musculare; manifestările contracției; joncțiunea (placa) neuro-musculară. MECANISME ADAPTATIVE LA EFORT.	2	Idem	

FIZIOPATOLOGIA aparatului locomotor.			
<p>3. ERGOFIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Structura și funcțiile neuronului (excitabilitatea, conductibilitatea). Nevrogia. Elemente de anatomie: nevrax și sistem nervos periferic. Funcțiile nervilor cranieni. Compartimentele funcționale ale sistemului nervos. Mecanisme generale de reglare: sisteme cibernetice. Arcul și actul reflex. Fiziologia sinapsei. Fiziologia măduvei spinării, trunchiului cerebral, formației reticulate, cerebelului, diencefalului, sistemului limbic, emisferelor cerebrale. Procesele nervoase fundamentale. Reflexele necondiționate și condiționate. Fiziologia sistemului nervos vegetativ. ERGOFIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. FIZIOPATOLOGIA sistemului nervos. Psihopatologia sportiva.</p>	2	Idem	
<p>4. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI RESPIRATOR. Ventilația pulmonară. Difuziunea alveolo-capilară. Transportul gazelor. „Respirația” celulară. Reglarea respirației. Adaptări imediate și tardive ale respirației la efort fizic. FIZIOPATOLOGIA respirației. Fumatul și performanța în sport.</p> <p>ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI DIGESTIV. Digestia. Fazele digestiei. Procesele motorii și secretorii la nivelul tubului digestiv. Fiziologia glandelor anexe ale aparatului digestiv. Absorbția intestinală a glucidelor, lipidelor, proteinelor, apei, sărurilor minerale. FIZIOPATOLOGIA digestiei: ficatul de efort etc.</p> <p>ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI URINAR. Funcțiile rinichiului. Nefronul. Formarea urinei: filtrarea glomerulară, reabsorbția și secreția tubulară. Reglarea formării urinei. Micțiunea. Rinichiul de efort. FIZIOPATOLOGIA excreției.</p>	2	Idem	
<p>5. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI CARDIO-VASCULAR. Marea și mica circulație (circulația sistemică și funcțională). Structura și proprietățile fundamentale ale miocardului. Pompa cardiacă. Ciclul cardiac. Fiziologia circulației sanguine și limfatice. Reglarea circulației. Cordul sportiv. Factorii de predicție ai performanței cardiace. FIZIOPATOLOGIA cardio-vasculară.</p> <p>ERGOFIZIOLOGIA SÂNGELUI. Funcțiile componentelor sângelui: elemente figurate și plasmă. Hemostaza. Grupele sanguine. Termoreglarea în timpul efortului fizic. Modificările imediate și tardive sanguine în efortul fizic. Compartimentele mediului intern și asigurarea homeostaziei în efort. Hidratarea. FIZIOPATOLOGIA sângelui.</p>	2	Idem	
<p>6. ERGOFIZIOLOGIA SISTEMULUI ENDOCRIN. Rolul celor mai importanți hormoni secretați de glandele endocrine în efort fizic. Adaptarea neuro-endocrină la efortul fizic. Oboseala fiziologică. Evitarea oboselii patologice și supraantrenamentului. FIZIOPATOLOGIA endocrină.</p> <p>ERGOFIZIOLOGIA REPRODUCERII. Sexualitatea. Funcțiile endocrine și exocrine ale gonadelor. Fecundația și sarcina. Alăptarea. Reproducerea umană și efortul fizic. Elemente de genetică. FIZIOPATOLOGIA reproducerii.</p>	2	Idem	

<p>7. ERGOFIZIOLOGIA ANALIZAORILOR. Definiția, alcătuirea, clasificarea analizatorilor. Analizatorul interoceptiv, propioceptiv, exteroceptiv. Analizatorul cutanat, vizual, acustic, vestibular, gustativ, olfactiv. FIZIOPATOLOGIA analizatorilor.</p> <p>METABOLISMUL INTERMEDIAR ȘI ENERGETIC IN EFORTUL FIZIC. Utilizarea glucidelor, lipidelor, proteinelor în efortul fizic. Caracteristicile (inerția, puterea, capacitatea) metabolismului aerob și anaerob (lactacid și alactacid) în diferite tipuri de efort fizic. Elemente despre alimentația și hidratarea sportivilor. FIZIOPATOLOGIA metabolismului.</p> <p>FIZIOPATOLOGIA DIFERITELOR TIPURI SPECIFICE DE EFORT în ramuri sportive variate. Caracterizarea unor tipuri specifice de efort fizic în diferite ramuri sportive: atletism, baschet, haltere, ciclism, fotbal, handbal, înot, gimnastică, schi alpin, volei etc. Antrenamentul la altitudine.</p>	2	Idem	
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Apostol I. Ergofiziologia. Ed. Universității „A. I. Cuza” Iași, 1998. 2. Badescu Magda, coord. Fiziopatologie speciala. Ed Gr T Popa, Iasi, 2011. 3. Badescu Magda. Fiziopatologie generala. Ed a II-a. Ed Cantes, 2001. 4. Bota Cornelia. Ergofiziologie. Editura Globus, 2000, 393 p. <p>Bota Cornelia. Fiziologie generala. Aplicatii la efortul fizic. Ed Medicala, Bucuresti, 2000.</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Chimingică Daniela Iuliana. Esențial în Kinetoterapie. Editura PIM, Iași, 2018. 6. Drăgan I – Medicină sportivă. Ed. Medicală, București, 2002. 7. Giurgea Natalia - Fiziologia efortului fizic. Ed. Casa Cărții de Știință, Cluj, 2001. 8. Guyton AC, Hall JE. - Textbook of medical Physiology, 12-th ed. Philadelphia: Saunders, 2010 9. Hagiu Bogdan-Alexandru. Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. ISBN: 978-606-714-003-3. Ed Univ A.I. Cuza, Iasi, 2014. 266p. 10. Hăulică I – Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. 11. Mocanu Veronica. Diagnosticul in bolile de comportament alimentar si obezitate. Editura “Gr.T.Popa” Iasi, 2009. 12. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăștru Carmen, Ciornei Cătălina – Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2004. 13. Vasilescu Mirela. Introducere în ergofiziologie – monografie. ISBN: 978-606-14-1139-9. Editura Universitaria, Aprilie 2017, 194p. 14. ***Anatomy and Physiology SALADIN The Unity of Form and Functio.pdf 15. ***Color Atlas of Physiology.pdf 16. ***Netter Atlas of Physiology_scan_.pdf 17. http://www.justmed.eu/fiziologie.php 18. Silbernagl S, Lang F. Fiziopatologie. Ed Medicală CALLISTO, 2011 (448 pag., 192 planșe color). ISBN: 9786068043043. 19. Colev-Luca Veronica, Mocanu Veronica, Ciocoiu Manuela. Fiziopatologie. Ed Gr T Popa Iași, 2006. 20. https://biblioteca.regielive.ro/cursuri/medicina/cursuri-fiziopatologie-202010.pdf 			
Bibliografie minimală			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Bota Cornelia. Fiziologie generala. Aplicatii la efortul fizic. Ed Medicala, Bucuresti, 2000. 2. Chimingică Daniela Iuliana. Esențial în Kinetoterapie. Editura PIM, Iași, 2018. 3. Hăulică I. Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. 4. Drăgan I – Medicină sportivă. Ed. Medicală, București, 2002. 5. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăștru Carmen, Ciornei Cătălina. Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2004. 			
LP	Nr. ore		

<p>LP = 14 ore ERGOFIZIOLOGIE ȘI FIZIOPATOLOGIE</p>	<p>14 ore Observația, demonstrați exercițiul. Lucrări Interactive.</p>
<p>1. DEFINIȚIA FIZIOLOGIEI (generale și speciale) a omului. ERGOFIZIOLOGIA. FIZIOPATOLOGIA. Mecanisme fiziologice generale. Argumente pentru învățarea fiziologiei, ergofiziologiei și fiziopatologiei. Compoziția chimică a materiei vii. Proprietățile fundamentale ale materiei vii. FIZIOLOGIA CELULARĂ. Structura și funcțiile componentelor celulei. Schimburile de substanțe și transferul de informație între celule. FIZIOLOGIA EFORTULUI FIZIC. Tipuri de efort. Efortul fizic și antrenamentul sportiv. Tipurile de efort fizic. Particularitățile biochimice, neurofiziologice și hormonale ale efortului fizic. Efectele biologice ale efortului fizic: imediate și tardive, la antrenări sau sedentari. FIZIOPATOLOGIA celulei. FIZIOPATOLOGIA GENERALA.</p>	<p>2 Idem</p>
<p>2. Adaptarea organismului uman la efort fizic. Sindromul general de adaptare. Antrenamentul. Tipuri de adaptare a organismului la efort fizic. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI LOCO-MOTOR. Sistemul osos: compoziție chimică; corelații histo-fiziologice; osteogeneză, osteoliză și remodelarea osului; metabolismul, dezvoltarea și creșterea oaselor. Rolul sistemului osos. Tipuri de articulații și mișcări. Sistemul muscular: compoziția biochimică; proprietățile mușchilor; sarcomerul; mecanismele contracției și relaxării musculare; manifestările contracției; joncțiunea (placa) neuro-musculară. MECANISME ADAPTATIVE LA EFORT. FIZIOPATOLOGIA aparatului locomotor.</p>	<p>2 Idem</p>
<p>3. ERGOFIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Structura și funcțiile neuronului (excitabilitatea, conductibilitatea). Nevroglia. Elemente de anatomie: nevrax și sistem nervos periferic. Funcțiile nervilor cranieni. Compartimentele funcționale ale sistemului nervos. Mecanisme generale de reglare: sisteme cibernetice. Arcul și actul reflex. Fiziologia sinapsei. Fiziologia măduvei spinării, trunchiului cerebral, formației reticulate, cerebelului, diencefalului, sistemului limbic, emisferelor cerebrale. Procesele nervoase fundamentale. Reflexele necondiționate și condiționate. Fiziologia sistemului nervos vegetativ. ERGOFIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. FIZIOPATOLOGIA sistemului nervos. Psihopatologia sportiva.</p>	<p>2 Idem</p>
<p>8. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI RESPIRATOR. Ventilația pulmonară. Difuziunea alveolo-capilară. Transportul gazelor. „Respirația” celulară. Reglarea respirației. Adaptări imediate și tardive ale respirației la efort fizic. FIZIOPATOLOGIA respirației. Fumatul și performanța în sport. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI DIGESTIV. Digestia. Fazele digestiei. Procesele motorii și secretorii la nivelul tubului digestiv. Fiziologia glandelor anexe ale aparatului digestiv. Absorbția intestinală a glucidelor, lipidelor, proteinelor, apei, sărurilor minerale. FIZIOPATOLOGIA digestiei: ficatul de efort etc. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI URINAR. Funcțiile rinichiului. Nefronul. Formarea urinei: filtrarea glomerulară, reabsorbția și secreția tubulară. Reglarea formării urinei. Mictiunea. Rinichiul de efort. FIZIOPATOLOGIA excreției.</p>	<p>2 Idem</p>
<p>4. ERGOFIZIOLOGIA APARATULUI CARDIO-VASCULAR. Marea și mica circulație (circulația sistemică și funcțională). Structura și proprietățile fundamentale ale miocardului. Pompa cardiacă. Ciclul cardiac. Fiziologia circulației sanguine și limfatice. Reglarea circulației. Cordul sportiv. Factorii de predicție ai performanței cardiace. FIZIOPATOLOGIA cardio-vasculara. ERGOFIZIOLOGIA SÂNGELUI. Funcțiile componentelor sângelui: elemente figurate și plasmă. Hemostaza. Grupele sanguine. Termoreglarea în timpul efortului fizic. Modificările imediate și tardive sanguine în efortul fizic. Compartimentele mediului intern și asigurarea homeostaziei în efort. Hidratarea. FIZIOPATOLOGIA sângelui.</p>	<p>2 Idem</p>
<p>5. ERGOFIZIOLOGIA SISTEMULUI ENDOCRIN. Rolul celor mai importanți hormoni secretați de glandele endocrine în efort fizic. Adaptarea neuro-endocrină la efortul fizic. Oboseala fiziologică. Evitarea oboselii patologice și supraantrenamentului. FIZIOPATOLOGIA endocrină. ERGOFIZIOLOGIA REPRODUCERII. Sexualitatea. Funcțiile endocrine și exocrine ale gonadelor. Fecundația și sarcina. Alăptarea. Reproducerea umană și efortul fizic. Elemente de genetică. FIZIOPATOLOGIA reproducerii.</p>	<p>2 Idem</p>
<p>6. ERGOFIZIOLOGIA ANALIZAORILOR. Definiția, alcătuirea, clasificarea analizatorilor. Analizatorul</p>	<p>2 Idem</p>

<p>interoceptiv, proprioceptiv, exteroceptiv. Analizatorul cutanat, vizual, acustic, vestibular, gustativ, olfactiv.</p> <p>FIZIOPATOLOGIA analizatorilor.</p> <p>METABOLISMUL INTERMEDIAR ȘI ENERGETIC IN EFORTUL FIZIC. Utilizarea glucidelor, lipidelor, proteinelor în efortul fizic. Caracteristicile (inerția, puterea, capacitatea) metabolismului aerob și anaerob (lactacid și alactacid) în diferite tipuri de efort fizic. Elemente despre alimentația și hidratarea sportivilor.</p> <p>FIZIOPATOLOGIA metabolismului.</p> <p>FIZIOPATOLOGIA DIFERITELOR TIPURI SPECIFICE DE EFORT in ramuri sportive variate. Caracterizarea unor tipuri specifice de efort fizic în diferite ramuri sportive: atletism, baschet, haltere, ciclism, fotbal, handbal, înot, gimnastică, schi alpin, volei etc. Antrenamentul la altitudine.</p>	
<p>Bibliografie</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apostol I. Ergofiziologia. Ed. Universității „A. I. Cuza” Iași, 1998. 2. Badescu Magda, coord. Fiziopatologie speciala. Ed Gr T Popa, Iasi, 2011. 3. Badescu Magda. Fiziopatologie generala. Ed a II-a. Ed Cantes, 2001. 4. Bota Cornelia. Ergofiziologie. Editura Globus, 2000, 393 p. <p>Bota Cornelia. Fiziologie generala. Aplicatii la efortul fizic. Ed Medicala, Bucuresti, 2000.</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Chimingică Daniela Iuliana. Esențial în Kinetoterapie. Editura PIM, Iași, 2018. 6. Drăgan I – Medicină sportivă. Ed. Medicală, București, 2002. 7. Giurgea Natalia - Fiziologia efortului fizic. Ed. Casa Cărții de Știință, Cluj, 2001. 8. Guyton AC, Hall JE. - Textbook of medical Physiology, 12-th ed. Philadelphia: Saunders, 2010 9. Hagiu Bogdan-Alexandru. Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. ISBN: 978-606-714-003-3. Ed Univ A.I. Cuza, Iasi, 2014. 266p. 10. Hăulică I – Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. 11. Mocanu Veronica. Diagnosticul in bolile de comportament alimentar si obezitate. Editura “Gr.T.Popa” Iasi, 2009. 12. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăstru Carmen, Ciornei Cătălina – Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2004. 13. Vasilescu Mirela. Introducere în ergofiziologie – monografie. ISBN: 978-606-14-1139-9. Editura Universitaria, Aprilie 2017, 194p. 14. ***Anatomy and Physiology SALADIN The Unity of Form and Functio.pdf 15. ***Color Atlas of Physiology.pdf 16. ***Netter Atlas of Physiology_scan_.pdf 17. http://www.justmed.eu/fiziologie.php 18. Silbernagl S, Lang F. Fiziopatologie. Ed Medicală CALLISTO, 2011 (448 pag., 192 planșe color). ISBN: 9786068043043. 19. Colev-Luca Veronica, Mocanu Veronica, Ciocoiu Manuela. Fiziopatologie. Ed Gr T Popa Iași, 2006. 20. https://biblioteca.regielive.ro/cursuri/medicina/cursuri-fiziopatologie-202010.pdf 	
<p>Bibliografie minimală</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bota Cornelia. Fiziologie generala. Aplicatii la efortul fizic. Ed Medicala, Bucuresti, 2000. 2. Chimingică Daniela Iuliana. Esențial în Kinetoterapie. Editura PIM, Iași, 2018. 3. Hăulică I. Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. 4. Drăgan I – Medicină sportivă. Ed. Medicală, București, 2002. 5. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăstru Carmen, Ciornei Cătălina. Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2004. 	

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ pentru MASTERAT. Însușirea conținutului disciplinei conferă cunoștințe și noțiuni fundamentale despre reacțiile și maladiile organismului uman corelate cu efortul fizic. Se analizează modalitățile optime de dirijare a antrenamentului și vieții sportivului în scopul eficientizării performanței sportive și evitării bolilor. De asemenea, constituie disciplină necesară pentru înțelegerea și practicarea kinetoterapiei. Contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesionistului. Se aprofundează efectele exercitiului fizic și elementele de fiziopatologie, mai ales în relație cu efortul fizic.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv - Recunoasterea principalelor elemente - Cunoasterea și prezentarea funcțiilor normale și patologice ale organismului, cu factorii care le influențează și mecanismele care le întretin, mai ales în relație cu efortul fizic	- examen scris, inclusiv subiecte eliminatorii de anatomo-fiziologie	60%
Lucrări practice	-Participarea la activitățile practice activ și îndeplinirea sarcinilor de lucru -Realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice -Participare la lucrări practice și promovarea verificării practice cu minim nota 5.	- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat etc.)	40%
Laborator			
Proiect			
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice; - Evaluare periodică și aprecierea studenților. Emulație și ierarhizarea după calitatea învățării. - Verificarea Caietului de lucrări practice al fiecărui student. 			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de LP
27.09.2018	<i>Claudia Bilha</i>	<i>Claudia Bilha</i>

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28 09 2018	<i>[Signature]</i>

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	<i>[Signature]</i>

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "STEFAN CEL MARE" DIN SUCEAVA
1.2 Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5 Ciclul de studii	MASTER
1.6 Programul de studii/calificarea	KINETOPRILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<i>MASAJ TERAPEUTIC SI DE INTRETINERE</i>				
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Dr. Crăciun Maria Daniela				
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Dr. Crăciun Maria Daniela				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categoría formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categoría de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

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

Număr de ore pe săptămână	Total	Curs	1	Seminar	Lucrări practice	2	Proiect
Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	14	Seminar	Lucrări practice	28	Proiect
II Distribuția fondului de timp pe semestru:							
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe							55
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren							30
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri							20
II d) Tutoriat							
III Examinări							3
IV Alte activități:							

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	105
Total ore pe semestru (I+II+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	<ul style="list-style-type: none"> • Parcurgerea disciplinelor: Anatomie, Masaj, Terapii alternative de recuperare, Patologie aparat locomotor
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Competențe acumulate la disciplinele: Anatomie, Fiziologie, Fiziopatologie, Masaj

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de curs dotata cu aparatura de videoproiecție 	
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> • metode: verbală (expunerea, explicația, conversația), intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), evaluarea. • resurse materiale: planșe, mulaje, atlase, softuri anatomice. • Prezența obligatorie
	Laborator	Sala de masaj dotata corespunzător cerințelor: mese masaj, oglinzi, banchete, taburete, lenjerie (cearceafuri, prosoape), videoproiector
	Proiect	<ul style="list-style-type: none"> • Prezentare referat

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> - folosirea corectă și adecvată a terminologiei disciplinei. - planificarea conținuturilor de bază cu orientare interdisciplinară - însușirea manevrelor clasice și a tehnicilor speciale de masaj - explicarea mecanismelor de producere pentru anumite leziuni și interpretarea modificărilor sistemice, regionale și locale din cadrul afecțiunii respective; - elaborarea și realizarea programelor de masaj individualizate - utilizarea tehnicilor specifice de masaj specific patologiei și regiunii tratate - realizarea protocoalelor de masaj pentru diferite afecțiuni
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> - aplicarea cunoștințelor acumulate în situații profesionale diferite; - identificarea obiectivelor de realizat, a resurselor disponibile și a condițiilor de finalizare a acestora - familiarizarea cu lucrul în echipă. - îmbunătățirea capacității de relaționare cu pacienții - alcatuirea și conducerea unei sedințe de masaj - îmbunătățirea permanentă a pregătirii profesionale prin studierea literaturii de specialitate, a noilor metode și tehnici folosite în recuperarea pacienților

6. Competențe specifice acumulate

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

Obiectivul general al disciplinei	Însușirea noțiunilor privind principalele tehnici de masaj pentru diferite regiuni corporale, cu indicațiile și contraindicațiile aplicării masajului în vederea asigurării eficienței maxime și a evitării efectelor nedorite.
	Cunoașterea implicării masajului în profilaxia îmbolnăvirilor și recuperarea stării de sănătate Rolul masajului în întreținerea stării de sănătate
Obiective specifice	Formarea, consolidarea și perfecționarea cunoștințelor și

	deprinderilor de aplicare a tehnicilor corespunzătoare diferitelor procedee de masaj (principale, secundare), în funcție de diversele aplicații generale, parțiale, segmentare, locale, cu scop profilactic, igienic, terapeutic, recuperator, remodelator.
	Realizarea unei sedinte de masaj complet, urmarind prelucrarea metodică și sistematică a fiecărei regiuni corporale, în funcție de particularitățile anatomice și funcționale. Cunoașterea limitelor masajului de întreținere și terapeutic, în funcție de patologii – indicații și contraindicații, accidente, măsuri de prevenire și de compensare a efectelor nedorite. Familiarizarea masterandului cu alte tipuri de masaj, utilizate profilactic dar și terapeutic și în remodelare Perfecționarea manualității pentru executarea procedeelor de masaj

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs1. Masajul clasic și metodele complementare de masaj: generalități. Anatomia și fiziologia pielii. Forme de masaj. Cerințe legislative de organizare a cabinetului de masaj	2	Expunere sistematică - Prelegere	Curs interactiv
Curs 2. Tehnici speciale de masaj cu efecte predominant asupra elementelor aparatului neuromioartrokinetic: masajul transversal profund, masajul miofascial, sportmasajul, terapia Trigger point. Masajul în reumatologie.	2	Expunere sistematică - Prelegere	Curs interactiv
Curs3. Tehnici speciale cu efecte predominante asupra circulației sangvine și limfatice: drenajul limfatic manual, masajul anticelulitic, criomasajul	2	Expunere sistematică - Prelegere	Curs interactiv
Curs 4 Masajul în afecțiunile neurologice, masajul antistres	2	Expunere sistematică - Prelegere	Curs interactiv
Curs 5. Masajul în afecțiunile respiratorii, digestive, metabolice: metoda grossi	2	Expunere sistematică - Prelegere	Curs interactiv
Curs6. Masajul reflex. shiatsu, presopunctura Masajul în geriatrie.	2	Expunere sistematică - Prelegere	Curs interactiv
Curs 7. Masajul la copii, gravide și după naștere. Contraindicațiile generale ale masajului.	2	Expunere sistematică - Prelegere	Curs interactiv

Bibliografie

1. BLANDINE Calais-Germain (2009) - Anatomie pentru mișcare, vol 1 și 2- Editura Polirom, Iași
2. CAMPEANU, M., *Masaj – tehnici de aplicare*, editia III-a, Ed. Mediamira Cluj-Napoca, 2005
3. CORDUN, M., *Masaj tehnici si aplicatii in sport*, Bucuresti, 1992
4. DEYDIER-BASTIDE Michel (2006) - Manual de masaj traditional chinez, Editura Polirom, Iași
5. Diaconu Anghel, 2008, Manual de tehnica a masajului terapeutic, Editura Medicala, Bucuresti
6. DRĂGAN, I. și PETRESCU, O., Masaj - automasaj, EDITIS, București, 1993
7. DRAGAN, I., *Masaj – Automasaj*, Ed. Editas, Bucuresti, 1996
8. Haulica, I. Fiziologie umana, Ed. a III-a, Ed. Medicala, Bucuresti, 2007.
9. IONESCU, A., Masajul (procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport), Editura All, București, 1992
10. IVAN Sabin (2010) - Masoterapie practica Editura Meteor Press
11. Kiss I. Fiziokinetoterapie si recuperare medicala, Editura medicala, Bucuresti, 2002.
12. MARCU V. , *Masaj si Kinetoterapie*, Ed. Sport-Turism, Bucuresti, 1982
13. MÂRZA Doina (2002) - Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău,
14. MÂRZA, D., Masajul antistres, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2005
15. ONAC, IOAN., *Masajul medical*, Editura Medicala Universitara, „Iuliu Hatieganu” Cluj-Napoca, 2009
15. SABIN IVAN, *Presopunctura și alte remedii naturale*, Ed. R.A.I., București, 1994
16. Zamora E, Masajul medical – procedee, metodică, indicații terapeutice . Editura RISOPRINT, Cluj-Napoca; 2007

Bibliografie minimală

1. Diaconu Anghel, 2008, Manual de tehnica a masajului terapeutic, Editura Medicala, Bucuresti
2. MÂRZA Doina (2002) - Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău,
3. MÂRZA, D., Masajul antistres, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2005
4. ONAC, IOAN., *Masajul medical*, Editura Medicala Universitara, „Iuliu Hatieganu” Cluj-Napoca, 2009
5. Zamora E., Masajul medical – procedee, metodică, indicații terapeutice . Editura RISOPRINT, Cluj-Napoca; 2007

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
LP. 1. Examinarea subiectului in vederea aplicării masajului. Stabilirea continutului sedintelor de masaj in functie de rezultatele examinarii: protocolul unei sedinte de masaj.	2	Explicatie- demonstratie Exercitiu	
LP.2 Aplicatii terapeutic recuperatorii ale masajului	2	Demonstratie	
LP.3 Masajul terapeutic în afecțiunile ortopedico-traumatice ale aparatului locomotor	2	Exercitiu Demonstratie	

LP.4. Masajul terapeutic în afecțiunile neurologice	2	explicatie-demonstratie - metoda fragmentat-imitativa	
LP. 5 Masajul terapeutic în afecțiunile reumatice	2	explicatie-demonstratie - metoda fragmentat-imitativa	
LP.6 Masajul terapeutic în afecțiunile cardiovasculare Insusirea tehnicilor de masaj folosite in drenajul limfatic manual	2	explicatie-demonstratie	
LP. 7. Masajul terapeutic în afecțiunile respiratorii si geriatrice	2	explicatie-demonstratie	
LP.8 Masajul în afecțiunile digestive, metabolice si endocrine: metoda grossi Masajul anticelulitic	2	explicatie-demonstratie	
LP.9 Terapia Trigger points; Aplicarea masajului mio-fascial	2	explicatie-demonstratie	
LP.10 Aplicarea tehnicilor specifice de masaj reflex	2	explicatie-demonstratie	
LP.11. Aplicarea tehnicilor specifice de presopunctură și shiatsu; Aplicațiile masajului in dermatologie	2	explicatie-demonstratie	
LP.12 Aplicațiile masajului în sport. Masajul cu roci vulcanice (hot stone massage)	2	explicatie-demonstratie	
LP.13 Masajul copilului. Masajul femeii, pre și post partum.	2	explicatie-demonstratie	
LP.14 Verificarea cunoștințelor prin susținerea unei probe practice	2	evaluare	
Bibliografie			
1.BLANDINE Calais-Germain (2009) - Anatomie pentru mișcare, vol 1 și 2- Editura Polirom, Iași			
2.CAMPEANU, M., <i>Masaj – tehnici de aplicare</i> , editia III-a, Ed. Mediamira Cluj-Napoca,2005			
3. CORDUN, M., <i>Masaj tehnici si aplicatii in sport</i> , Bucuresti, 1992			
4.DEYDIER-BASTIDE Michel (2006) - Manual de masaj traditional chinez, Editura Polirom, Iași			
5.Diaconu Anghel, 2008, Manual de tehnica a masajului terapeutic, Editura Medicala, Bucuresti			

6. DRĂGAN, I. și PETRESCU, O., Masaj - automasaj, EDITIS, București, 1993
7. DRAGAN, I., *Masaj – Automasaj*, Ed. Editas, Bucuresti, 1996
8. Haulica, I. Fiziologie umana, Ed. a III-a, Ed. Medicala, Bucuresti, 2007.
9. IONESCU, A., Masajul (procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport), Editura All, București, 1992
10. IVAN Sabin (2010) - Masoterapie practica Editura Meteor Press
11. Kiss I. Fiziokinetoterapie si recuperare medicala, Editura medicala, Bucuresti, 2002.
12. MARCU V. , *Masaj si Kinetoterapie*, Ed. Sport-Turism, Bucuresti, 1982
13. MÂRZA Doina (2002) - Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău,
14. MÂRZA, D., Masajul antistres, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2005
15. ONAC, IOAN., *Masajul medical*, Editura Medicala Universitara, „Iuliu Hatieganu” Cluj-Napoca, 2009
15. SABIN IVAN, *Presopunctura și alte remedii naturale*, Ed. R.A.I., București, 1994
16. Zamora E., 2004, Masajul medical- indicații terapeutice. Editura GMI, Cluj-Napoca;

Bibliografie minimală

1. Diaconu Anghel, 2008, Manual de tehnica a masajului terapeutic, Editura Medicala, Bucuresti
2. MÂRZA Doina (2002) - Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău,
3. MÂRZA, D., Masajul antistres, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2005
4. ONAC, IOAN., *Masajul medical*, Editura Medicala Universitara, „Iuliu Hatieganu” Cluj-Napoca, 2009
5. Zamora E., 2004, Masajul medical- indicații terapeutice. Editura GMI, Cluj-Napoca;

8. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului



Conținutul disciplinei este elaborat în conformitate cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Spitale, Baze de tratament, Cabinete de kinetoterapie, Licee și Școli speciale)


9. Evaluare


Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv - Prezentă 70% la cursuri	Examen scris	50%
Seminar/Lucrari practice	Implicarea active în pregătirea și prezentarea temelor de laborator - Prezentă 70% la lucrari practice	- Se înregistrează frecvența - se apreciază participarea la dezbateri și prezentarea referatelor	50%

Standard minim de performanță

Cunoașterea noțiunilor teoretice și practice referitoare la tehnicile speciale de masaj

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
20.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28 09 2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	KINETOPROFILAXIE, RECUPERARE ȘI MODELARE CORPORALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	STAGIU DE PRACTICĂ DE SPECIALITATE				
Titularul activităților de curs					
Titularul activităților de seminar	Lector univ. dr. Maria Daniela Crăciun				
Anul de studiu	I	Semestrul	3	Tipul de evaluare	Verificare SCRISĂ
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

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

Număr de ore pe săptămână		Curs		Seminar		Lucrări practice		Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ		Curs		Seminar		Lucrări practice	42	Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	6
Tutoriat	
Examinări	2
Alte activități: pregătire frontala – curs, l.p.	

Total ore studiu individual	56
Total ore pe semestru	100
Numărul de credite	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază a domeniului cu orientare interdisciplinară
------------	---

	Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă).
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea principalelor noțiuni specifice recuperării kinetice; - Cunoașterea principalelor metode și mijloace de recuperare și evaluare . - Abilități, cunoștințe certe și argumentate ale recuperării kinetice; - Comentarea și analizarea programelor și problemelor în diverse afecțiuni; <p>Realizarea programelor de tratament kinetic ale afecțiunilor studiate;</p>

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	Mod de organizare – pe grupe
	Proiect	

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică.</p> <p>Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.</p> <p>Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.</p> <p>Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului</p> <p>Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică</p>
Competențe transversale	<p>Organizarea terapiei în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională</p> <p>Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice</p> <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală</p>

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

Obiectivul general al disciplinei	Abilitarea studenților cu cunoștințe practice privind aplicarea terapiei în centrele de educație specială .	
Obiectivele specifice	Curs	
	Seminar	
	Laborator	<p>Consolidarea și perfecționarea cunoștințelor și deprinderilor de aplicare a terapiei kinetice în funcție de diverse afecțiuni .</p> <p>Consolidarea și perfecționarea cunoștințelor și deprinderilor de aplicare a procedurilor kinetice în unități speciale de întreținere și tratament.</p>
	Proiect	

8. Conținuturi

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
---------------------------------------	---------	-------------------	------------

1. Organizarea grupelor de studenți și împărțirea lor pe grupe de lucru. Prezentarea bazei de practică. Prezentarea regulilor și condițiilor de desfășurare a stagiului de practică.	2	demonstrația practica	
2. Organizare; Cunoașterea și familiarizarea cu tipul de tratament în centrele de specialitate	2	demonstrația practica	
3. Cunoașterea și utilizarea aparatului din dotare	2	demonstrația practica	
4. Realizarea anamnezei, explorării și evaluării funcționale pe aparate și sisteme și sintetizarea rezultatelor în cadrul fișei de observare	4	demonstrația practica	
5. Manevrarea bolnavilor/clienților în funcție de specificul afecțiunii/ procedurii și scopul urmărit a) Stabilirea diagnosticului funcțional corect pe baza diagnosticului clinic și a explorărilor și evaluărilor specifice efectuate b) Stabilirea obiectivelor generale, ierarhizarea lor în funcție de priorități și etapizarea programului de recuperare, în scopul atingerii eșalonate, progresive a obiectivelor stabilite. c) Cunoașterea specificului activității de kinetoprofilaxie și recuperare: monitorizarea pacientului, posturarea pacientului pentru controlul durerii și prevenirea complicațiilor (escare, tromboembolii etc). d) Recunoașterea, prezentarea și execuția metodelor, procedeele și tehnicilor de kinetice folosite în practica de specialitate pe diferite grupe de afecțiuni.	30	demonstrația practica	
6. Susținerea Colocviului	2	evaluare	

Bibliografie

1. Albu Adriana, Albu C, Petcu I. Asistența în Familie a Persoanei cu Deficiență Funcțională – Tehnici de îngrijire și manevrare a bolnavului. Ed. Polirom, Iași, 2001.
2. Cioroiu, S.G., Kinetoterapie de la teorie la practică. Ed. Universității Transilvania, Brașov 2012
3. Cordun M. Kinetologie medicală, Ed. Axa, București, 1999
4. Cotoman Rodica, Kinetoterapie, Metodica desfășurării activității practice, Ed. Fundației România de mâine, București, 2005
5. Marcu V., Kinetoterapie, Physiotherapy, Ed. Universității din Oradea, 2006
6. Olarioiu Marinela, Manoiu Vasile, Compendiu. Îngrijiri paliative la domiciliu, Ed. Viața medicală românească, București 2004;
7. Rădulescu A., Electroterapie, Ed. Medicală, București 2004
8. Jianu Anca, Timbuș L. Manevrarea bolnavului: tehnici speciale. Ed. Fundației România de Mâine, București, 2010.
9. Titirca Lucretia Ghid de nursing cu tehnici de evaluare și îngrijiri corespunzătoare nevoilor fundamentale - Vol. I, Ed. Viața Medicală Românească, București 2008;
10. Sbenge T., Kinetologie profilactică terapeutică și de recuperare, Ed. Medicală, București 1987
11. Sbenge T, Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului, Ed. Medicală, București, 1996.

Bibliografie minimală

Bibliografie

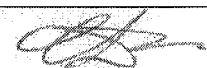
1. Albu Adriana, Albu C, Petcu I. Asistența în Familie a Persoanei cu Deficiență Funcțională – Tehnici de îngrijire și manevrare a bolnavului. Ed. Polirom, Iași, 2001.

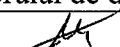
2. Cotoman Rodica, Kinetoterapie, Metodica desfășurării activității practice, Ed. Fundatieie România de mâine, Bucuresti, 2005;
3. Jianu Anca, Timbuș L. Manevrarea bolnavului: tehnici speciale. Ed. Fundației România de Mâine, București, 2010.
4. Marcu Vasile, Mirela Dan, Kinetoterapie, Ed. Universității din Oradea, 2006,
5. Titirca Lucretia Ghid de nursing cu tehnici de evaluare si ingrijiri corespunzatoare nevoilor fundamentale - Vol. I, Ed. Viața Medicală Românescă, Bucuresti 2008;

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

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen oral sau scris	
Practică	<ul style="list-style-type: none"> - Implicarea activă în activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru - Capacitatea de a transfera conceptele teoretice în practică - Conștiinciozitatea efectuării sarcinilor de lucru - Realizarea raportului de activitate practica si a caietului de practică - Promovarea colocviului individual cu minim nota 5. 	<ul style="list-style-type: none"> - colocviu individual - portofoliu de practică 	<ul style="list-style-type: none"> 50% 50%
Laborator		- alte activități (precizați):.....	
Proiect			
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice 			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
22.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28 09 2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
	