

FIȘA DISCIPLINEI
ANUL UNIVERSITAR
2024- 2025

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DE MEDICINA SI FARMACIE DIN CRAIOVA
1.2 Facultatea	ASISTENTA MEDICALA
1.3 Departamentul	I
1.4 Domeniul de studii	SĂNĂTATE
1.5 Ciclu de studii ¹	LICENȚĂ
1.6 Programul de studii/Calificarea	BALNEOFIZIOKINETOTERAPIE SI RECUPERARE

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumirea disciplinei	ELEMENTE DE GIMNASTICA MEDICALA-OPTIONAL						
2.2. Codul disciplinei	BFKT11220						
2.3 Titularul activităților de curs	GHERGHINA FLORIN LIVIU						
2.4 Titularul activităților de seminar	GHERGHINA FLORIN LIVIU						
2.5.Gradul didactic	Sef de lucrari dr.						
2.6.Încadrarea (norma de bază/asociat)	norma de bază						
2.7. Anul de studiu	I	2.8. Semestrul	I	2.9. Tipul disciplinei (conținut) ² DS	DS	2.10. Regimul disciplinei (obligativitate) ³ DO	DO

3. TIMPUL TOTAL ESTIMAT (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	1	din care: 3.2 curs	0	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	14	din care: 3.5 curs	0	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp ore					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat					
Examinări					
Alte activități, consultații, cercuri studentesti					
3.7 Total ore studiu individual	36				
3.9 Total ore pe semestru	50				
3.10 Numărul de credite ⁴	2				

4. PRECONDIȚII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	
4.2 de competențe	

5. CONDIȚII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala de curs cu mijloace de proiectare
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de lucrări practice Sala de Fiziokinetoterapie a UMF Craiova, etajul 2

6. COMPETENȚELE SPECIFICE ACUMULATE^{6,7)}

COMPETENȚE PROFESIONAL	<p>C1- Creerea si aplicare exercitiilor specifice de kinetoterapie pentru fiecare articulatie corelate cu pozitiile fundamentale si derivate.</p> <p>C2- Utilizarea metodelor si tehnicilor adecvate creșterii mobilității articulare, forței musculare, rezistenței musculare si a vitezei in scopul creșterii calitatii vietii acestora.</p>
-----------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

COMPETENȚE TRANSVERSALE	<p>C6- importanța factorului uman în munca pe care o prestează</p> <p>C7- capacitatea de a înțelege importanța acordării timpului necesar pregătirii profesionale și de a avea o atitudine corectă față de necesitatea performanței în munca pe care o prestează</p> <p>C8- abilitatea de a căuta și de a-și însuși noțiunile noi în domeniu - însușirea noțiunilor de muncă în grup, colaborare inter- și intradisciplinară</p>
------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

7. OBIECTIVELE DISCIPLINEI (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Cunoștințe generale și de specialitate din domeniul pedagogiei mișcării care să permită înțelegerea, analiza și conceperea unor cunoștințe noi în acest domeniu, precum și familiarizarea cu activitățile profesionale desfășurate, cu limbajul pedagogic de specialitate, prin definirea conceptelor fundamentale ale teoriei și metodologiei instruirii, respectiv teoriei și metodologie evaluării;
7.2 Obiectivele specifice	Capacitate de preluare și interpretare a unor informații din domeniul pedagogiei mișcării (date clinice, parametri fiziologici etc.) în vederea susținerii, luării de decizii și punerii în practică a unor principii și idei din acest domeniu; realizare de exerciții specifice creșterii calitatii vietii.

8. CONȚINUTURI

8.2 Lucrări practice (subiecte/teme)		
Nr. 1	Instructaj de securitate și sănătate în muncă, legea 319/2006, HG 1425/2006. Norme generale de protecție a muncii în activitatea practică de laborator. Definiția mișcării, terminologii specifice domeniului, clasificari.	1
Nr. 2	Reguli privind scrierea și realizarea exercițiilor în gimnastică medicală	1
Nr. 3	Realizare planuri de exerciții pentru membrele superioare	1
Nr. 4	Realizare planuri de exerciții pentru membrele inferioare	1
Nr. 5	Realizare planuri de exerciții pentru coloana vertebrală în plan sagital.	1
Nr. 6	Realizare planuri de exerciții pentru coloana vertebrală în plan frontal	1
Nr. 7	Realizare planuri de exerciții pentru coloana vertebrală în plan transversal	1
Nr. 8	Realizare planuri de exerciții pentru creșterea rezistenței	1
Nr. 9	Realizare planuri de exerciții pentru îmbunătățirea îndemânării	1
Nr. 10	Realizare planuri de exerciții pentru îmbunătățirea vitezei	1
Nr. 11	Realizare planuri de exerciții pentru dezvoltarea forței	1
Nr. 12	Realizare planuri de exerciții pentru dezvoltarea capacității aerobe de efort	1
Nr. 13	Realizare planuri de exerciții pentru dezvoltarea capacității anaerobe de efort	1
Nr. 14	Realizare planuri de exerciții utilizând greutatea propriului corp	1

1. BIBLIOGRAFIE
2. Groza Cogeana G., Liuşnea D. N., Gimnastica de bază, Iaşi, Pim, 2015
3. M. Rotariu, A-C Ioniţe, Mişcările coloanei vertebrale. Corelări între repere şi efectori., Editura „Gr. T. Popa”, U.M.F. Iaşi, ISBN 978-606-544-516-1, 2018
4. Moraru C. E., Bălţeanu V., Gimnastică în reabilitarea fizică posttraumatică, Iaşi, Editura Universităţii Alexandru Ioan Cuza, 2015
5. Avram C., Exerciţii fizice terapeutice, Timişoara, Editura Universităţii de Vest, 2012
6. Docu A. D., Importanţa activităţii sportive la diferite grupe de vârste, Constanţa, Muntenia, 2012
7. Moraru C. E., Gimnastică în reabilitarea fizică posttraumatică curs pentru studenţi, Iaşi, Editura Universităţii Al. I. Cuza, 2014
8. Nechita F., Gimnastica în kinetoterapie, Braşov, Editura Universităţii Transilvania, 2013
9. Sîrbu E., Chiriac M., Ianc D., Fundamentele kinetoterapiei noţiuni şi tehnici, Oradea, Editura Universităţii din Oradea, 2012
10. Talaghir L.-G., Kinetoterapie aplicaţii de gimnastică după traumatisme locomotorii, Galaţi, Zigotto, 2012
11. Toma G., Gimnastica de bază – fundamente teoretice li practice-metodice, Ed. Universitaria, Craiova, 2013.
12. Nechita F., Gimnastică de întreţinere, Braşov, Editura Universităţii Transilvania, 2015

9. COROBORAREA CONȚINUTURILOR DISCIPLINEI CU AȘTEPTĂRILE REPREZENTANȚILOR COMUNITĂȚII EPISTEMICE, ASOCIAȚIILOR PROFESIONALE ȘI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

Conținutul Fișei disciplinei este rezultatul unui proces de evaluare periodică anuală desfășurată în cadrul facultății și care a avut la bază informații de la studenți, absolvenți și angajatori. Cunoștințele și deprinderile sunt stabilite ca obiective didactice și precizate ca atare în programe analitice revizuite anual. După analiza în cadrul disciplinei, acestea sunt discutate și aprobate în cadrul departamentului, în sensul armonizării cu alte discipline. Pe tot acest parcurs este evaluată sistematic, corespondența dintre conținut și așteptările comunității academice, a reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și ale angajatorilor.

Discipline cu care se corelează: anatomia omului, biofizică, fiziologie, metodologia de kinetoterapie, metode de explorare-evaluare în kinetoterapie, kinetoprofilaxie .

10. REPERE METODOLOGICE

Forme de activitate	Tehnici de predare / învățare, materiale, resurse:
Curs	Se folosesc următoarele metode combinate: Expunere orală și video, discuții și dezbateri pe teme corelate cu tema cursului ; Aprecierea periodică a nivelului de cunoștințe dobândite
Lucrări practice	Se folosesc următoarele metode combinate: Activitatea practică în sala de fiziokinetoterapie; Examinarea periodică a deprinderilor studenților
Studiu individual	Studiul și descifrarea notițelor de curs; studiu după manual, suport de curs; studiul bibliografiei minimale indicate; documentare suplimentară în bibliotecă

11. PROGRAM DE RECUPERARE

	Nr. absențe care se pot recupera	Locul desfășurării	Perioada	Responsabil	Programarea temelor
Recuperări absențe	4 ore	Sala de curs/ Sala de lucrări practice	Ultima săptămâna din fiecare luna a semestrului II	Șef Lucrări Gherghina Florin	În conformitatea cu tematica precizată
Program de consultații/ cerc științific studențesc	1 oră/săpt.	Sala de curs/ Sala de lucrări practice	Săptămânal Miercuri	Șef Lucrări Gherghina Florin	În conformitatea cu tematica precizată și cu subiectele temelor de licență

Program pentru studenții slab pregătiți	2 ore / săptăm.	Sala de curs/ Sala de lucrări practice	Notițe de curs (săpt. 1 și 3) Activități practice (săpt. 2 și 4)	Șef Lucrări Gherghina Florin	
-----------------------------------------	-----------------	----------------------------------------	---------------------------------------------------------------------	---------------------------------	--

12. EVALUARE

Modalități de evaluare	Metode de evaluare (oral, testari, aplicație practică)	Pondere în nota finală	
		Evaluarea finală	60 %
Examen	Evaluarea se va realiza în 3 etape: <ul style="list-style-type: none"> • testarea periodică • examen practic – • examen teoretic • toate etapele sunt obligatorii Examenul practic precede examenul oral și se va desfășura în perioada aferentă verificărilor Susținerea examenului teoretic necesită obținerea notei minime (5) la examenul practic Prezentarea la examen este condiționată de prezența la lucrările practice și la curs; refacerea LP în condițiile prevăzute de regulamentul UMF și capitolul 11 din fișa disciplinei (sudentul are obligația de a cunoaște regulamentul UMF, inclusiv nr. legal de absente care pot fi refăcute la lucrările practice) Prezența la curs: conform Regulamentului UMF din Craiova și hotărârilor Senatului UMF din Craiova	Examen practic	30 %
		Testarea periodică prin teste grilă	10 %
		Laborator	
Colocviu		Proiect	
		Prezență ⁵⁾	

13. PROGRAME DE ORIENTARE ȘI CONSILIERE PROFESIONALĂ

Programe de orientare și consiliere profesională (2 ore/lună)

Programare ore	Locul desfășurării	Responsabil
Ultima zi de vineri a fiecărei luni	Sala de Fiziokinetoterapie a UMF Craiova	Șef lucrări dr. Gherghina Florin

Data avizării în departament: septembrie 2024

Director departament,

Prof. univ. Aurelia Enescu

Coordonator program de studii,

Prof. univ. Dr. Dana Albulescu

Titular curs,

Sef lucr.dr. Gherghina Florin

Notă:

1) Ciclul de studii - se alege una din variantele: L (licență)/ M (master)/ D (doctorat).

2) Tip (conținut) - se alege una din variantele:

• pentru nivelul de licență: DF (disciplină fundamentală)/ DD (disciplină din domeniu)/ DS (disciplină de specialitate)/ DC (disciplină complementară);

• pentru nivelul de master: DA (disciplină de aprofundare)/ DS (disciplină de sinteză)/ DCA (disciplină de cunoaștere avansată).

- 3) Regimul disciplinei (obligativitate) - se alege una din variantele: DI (disciplină obligatorie)/ DO (disciplină opțională)/ DFac (disciplină facultativă).
- 4) Un credit este echivalent cu 25 – 30 de ore de studiu (activități didactice și studiu individual).
- 5) Se poate acorda o bonificație pentru prezență.
- 6) Din cele 5 competențe profesionale (cele care se trec în foaia matricolă) se aleg cele în care se încadrează disciplina.
- 7) Competențele transversale sunt în număr de 3 și se notează de la C6 - C8: C6. Autonomie și responsabilitate; C7. Interacțiune socială; C8. Dezvoltare personală și profesională