

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2. Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ramura de știință	Știința sportului și educației fizice
1.6. Ciclul de studii	Licență
1.7. Programul de studii / calificarea	<b>Educație Fizică și Sportivă - Învățământ cu Frecvență Redusă/</b> Profesor în învățământul primar –cod C.O.R 234101, Profesor în învățământul gimnazial –cod C.O.R 233002 Cercetător în educație fizică și sport- cod C.O.R. 226909 Asistent de cercetare în educație fizică și sport- cod C.O.R 226910 Consilier sportiv- cod C.O.R 226911

### 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Kinetoterapia deficiențelor fizice funcționale						
2.2. Titularul activităților de curs	Conf. Dr. Pantea Corina						
2.3. Titularul activităților de seminar	Asist.drd. Vutan Ana-Maria						
2.4. Anul de studii	II	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	DS / DI

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	1	din care: 3.2 curs	-	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	14	din care: 3.5 curs	-	3.6. seminar/laborator	14
<b>Distribuția fondului de timp</b>					<b>42 ore</b>
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					4
Examinări					4
Alte activități ...					
3.7. Total ore studiu individual	42				
3.8. Total ore pe semestru	56				
3.9. Număr de credite	2				

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

4.1. de curriculum	• Anatomie, biomecanică, masaj, gimnastică, kinesiologie
4.2. de competențe	• Cunoașterea noțiunilor fundamentale privind exercițiul fizic

### 5. Condiții (acolo unde e cazul)

5.1. de desfășurarea a cursului	•
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prezență obligatorie 100%; conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență</li> <li>• Sunt utilizate următoarele materiale didactice: videoproiector, prezentări video cu programe de exerciții corective, prezentări video cu exerciții fizice necesare pentru o dezvoltare fizică armonioasă, mingi medicinale, mingi Bobath, gantere, bastoane, benzi elastice, corzi elastice,</li> <li>• Prezentarea referatului</li> <li>• Efectuarea obligatorie a unui program de 20 exerciții corective pentru una din deficiențele prezentate la curs.</li> <li>• Telefoanele trebuie puse pe modul silențios</li> </ul>

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C.1- Proiectarea modulara (Kinetoterapie si motricitate speciala, Sport si performanta motrica, Educatie fizica si sportiva) si planificarea continuturilor de baza ale domeniului cu orientare interdisciplinara.</p> <p>C.2- Organizarea curriculumului integrat si a mediului de instruire si învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie si motricitate speciala, Sport si performanta motrica, Educatie fizica si sportiva).</p> <p>C.3- Evaluarea clinica primara (functionala) si diagnoza nevoilor de interventie kinetoterapeutica.</p> <p>C.4- Realizarea programelor de interventie kinetoterapeutica cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. Utilizarea metodelor si tehnicilor de interventie kinetoterapeutica.</p> <p>C.5- Utilizarea elementelor de management si marketing specifice domeniului.</p>
Competențe transversale	<p>C.T.1- Organizarea de programe kinetoterapeutice în conditii de asistenta calificata, cu respectarea normelor de etica si deontologie profesionala.</p> <p>C.T.2- Îndeplinirea în conditii de eficienta si eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea si desfasurarea activitatilor specifice interventiilor kinetoterapeutice</p> <p>C.T.3- Autoevaluarea obiectiva a nevoii de formare profesionala în scopul insertiei si</p>

	adaptabilitatii la cerintele pietei muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personala.
--	--

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Cursul are menirea de a familiariza studenții cu principalele deficiențe fizice, cu principiile de corecție ale acestora precum și cu programele de exerciții fizice utilizate pentru corectarea deficiențelor fizice studiate. De asemenea are rolul de a prezenta rolul exercițiului fizic în scopul prevenirii diferitelor deficiențe fizice funcționale
7.2. Obiectivele specifice	<p><b>O.c.1.1</b> - Să definească și să cunoască fiecare deficiență fizică.</p> <p><b>O.c.1.2.</b> - Să cunoască examenul somatometric și somatoscopic.</p> <p><b>O.ab.1.3.</b> – Să efectueze examenul somatoscopic și somatometric pentru deficiențele studiate.</p> <p><b>O.at.1.4.</b> - Implicarea în activități științifice, elaborarea unor articole și studii de specialitate;</p> <p><b>O.c.2.1.</b> - Să cunoască și să înțeleagă cauzele deficiențelor fizice</p> <p><b>O.c.2.2.</b> - Să cunoască și să înțeleagă scopul exercițiilor corective pentru fiecare din deficiențele studiate</p> <p><b>O.ab.2.3.</b> – Să elaboreze programe de exerciții corective pentru deficiențele funcționale prezentate în cadrul cursului</p> <p><b>O.at.2.4.</b> – Să existe o colaborare continuă cu medicii specialiști, kinetoterapeuți sau fiziokinetoterapeuți pentru rezolvarea diverselor cazuri mai complexe din punct de vedere al patologiei și prezentarea cazurilor mai deosebite avute în studiu</p> <p><b>O.c.3.1.</b> - Să cunoască și să explice mecanismele prin care exercițiul fizic previne apariția deficiențelor fizice funcționale;</p> <p><b>O.c.3.2.</b> – Să cunoască manevrele principale și secundare de masaj.</p> <p><b>O.ab.3.3.</b> - Să demonstreze și să explice fiecare exercițiu conceput pentru corectarea deficiențelor fizice</p> <p><b>O.at.3.4.</b> Să realizeze o continuă îmbunătățire a pregătirii profesionale prin studierea literaturii de specialitate, a noilor metode și tehnici folosite în recuperarea pacienților</p>

	<p><b>O.c.4.1.</b> - Să cunoască principiile care stau la baza realizării unor programe complexe de recuperare a deficiențelor fizice studiate</p> <p><b>O.c.4.2.</b> - Să cunoască și să explice mecanismele producerii deficiențelor fizice și interpretarea modificările sistemice, regionale și locale survenite ca urmare a deficienței respective;</p> <p><b>O.ab.4.3.</b> - Să conceapă prin folosirea propriei creativități a unor programe de exerciții corective</p> <p><b>O.at.4.4.</b> -. Să manifeste interes pentru aplicarea în practică a celor mai noi mijloace și metode ce pot fi folosite pentru corectarea deficiențelor fizice.</p>
--	---

## 8. Conținuturi\*

8.1. Curs	Metode de predare	Observații
8.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Indici de dezvoltare fizică. Somatometrie. Somatoscopie. Metode și mijloace de prevenire și corectare a deficiențelor fizice.	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Programe de exerciții corective pentru deficiențele coloanei vertebrale: cifoza dorsală, cifoza totală	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Programe de exerciții corective pentru deficiențele coloanei vertebrale: lordoza lombară, cifolordoza	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Programe de exerciții corective pentru următoarele deficiențe: scolioză, cifoscolioză.	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții

	Lucrul în echipă,	să studieze referințele aferente cursului
Programe de exerciții corective pentru torticolis	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Programe de exerciții corective pentru umeri căzuți și aduși, omoplați depărtați	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Programe de exerciții corective pentru abdomenului	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Mijloace de corectare pentru torace plat și înfundat la bază	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Mijloace de corectare pentru spate plat, spate rotund.	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Programe de exerciții corective pentru genu valgum, genu varum, picior plat, picior strâmb congenital	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții

	Lucrul în echipă,	să studieze referințele aferente cursului
Gimnastica respiratorie.	Studentii vor prezenta de referate Dezbateri, Explicație, Demonstrație, Aplicații practice, Lucrul în echipă,	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice exerciții corective pentru deficiențele fizice.. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului

### Bibliografie

- CAROLINE CORNING CREAGER (1994) - Therapeutic Exercises Using the Swiss Ball, Executive Physical Therapy; EXPT9 edition
- JEANINE DETZ (2005) - Ultimate Core Ball Workout: Strengthening and Sculpting Exercises with Over 200 Step-by-Step Photos, Ulysses Press
- CAROLINE CORNING CREAGER (1998) - Therapeutic Exercises Using Resistive Bands, Executive Physical Therapy Inc
- ED MCNEELY , DAVID SANDLER (2006) - The Resistance Band Workout Book, Burford Books
- PHIL PAGE , TODD ELLENBECKER (2010) - Strength Band Training - 2nd Edition, Human Kinetics;
- LORNE GOLDENBERG, PETER TWIST (2006) - Strength Ball Training - 2nd Edition, Human Kinetics
- JANE ARONOVITCHMIRIANE TAYLOR ,COLLEEN CRAIG (2008) – Get On It!: BOSU Balance Trainer Workouts for Core Strength and a Super Toned Body, Ulysses Press
- JAMES MILLIGAN (2005) - Swiss Ball for Total Fitness, Main Street
- SUZANN K. CAMPBELL PT PHD FAPTA, ROBERT J. PALISANO PT SCD, MARGO ORLIN (2011) - Physical Therapy for Children, Saunders; 4 edition
- LORI THEIN BRODY , CARRIE M. HALL (2010) - Therapeutic Exercise: Moving Toward Function, Lippincott Williams & Wilkins; Third edition

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

Studentii vor dobândi noțiuni privind deficiențele fizice și modalitățile prin care se pot recupera acestea, noțiuni care vor sta la baza programelor de exerciții corective pe care le vor utiliza în cariera lor viitoare.

### 10. Evaluare

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
<b>10.4. Curs</b>	Examen scris <b>Sarcină obligatorie</b>	Examen scris de evaluare a cunoștințelor pe baza informațiilor prezentate la curs și în bibliografia prezentată în fișa disciplinei.	<b>50%</b>
<b>10.5. Seminar/laborator</b>	Prezentarea și susținerea referatului	Referat: Studenții vor prezenta un referat cu tematică și data susținerii stabilite în prima oră de lucrări practice . Referatul va fi predat în	<b>50%</b>

	Sarcină obligatorie	momentul susținerii.(R)	
<p><b>10.6. Standard minim de performanță</b> Cunoașterea noțiunilor teoretice și practice privind depistarea deficiențelor fizice funcționale. Realizarea unui program individualizat de recuperare a acestora</p> <p>Pentru a putea calcula nota finală este necesar ca la fiecare formă de evaluare (test grilă, referat, măsurători, teste de verificare) să se obțină <b>nota de promovare 5 .(cinci)</b></p> <p><b>Nota finală = Nota examen scris x 0,5 + Referat (R) x 0,5</b></p> <p><b>Absența la examenul scris (sarcină obligatorie)</b> înseamnă absență de la examen, indiferent de punctajul total cumulat până în acel moment, cu excepția situațiilor de măriri de notă.</p> <p><b>Prezentarea și susținerea referatului (sarcină obligatorie)</b> este o condiție pentru susținerea examenului scris.</p> <p><b>Îndeplinirea criteriului de frecvență la curs și lucrări practice (sarcină obligatorie)</b> este o condiție de intrare în examenul scris.</p> <p>În cazul în care evaluatorii constată situații în care studentul plagiază, punctajul acordat pentru referat va fi egal cu zero, această situație aducând după sine interzicerea participării la examenul scris până când nu se predă un nou referat care să respecte regulile de scriere și citare. În plus, studentul respectiv <b>va fi penalizat cu 2 de puncte din nota finală</b>, penalizarea reportându-se inclusiv în sesiunile ulterioare (de restanță sau de măriri de notă).</p> <p>Evaluarea în sesiunea de restanțe și mărirea de notă se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului. Referatul reprezintă o condiție obligatorie de promovare a disciplinei.</p>			

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

10.09.2019

Semnătura directorului de departament