

# FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024-2025

Anul de studiu III / Semestrul I

## 1. Date despre program

|                                                            |                                                                                                                     |
|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.1. Instituția de învățământ superior                     | Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia                                                                     |
| 1.2. Facultatea                                            | Drept și Științe Sociale                                                                                            |
| 1.3. Departamentul                                         | Educație Fizică și Sport                                                                                            |
| 1.4. Domeniul de studii                                    | Kinetoterapie și Motricitate Specială                                                                               |
| 1.5. Ciclul de studii                                      | Licență                                                                                                             |
| 1.6. Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO | Kinetoterapie și Motricitate Specială<br>226405/2264 Kinetoterapeut<br>226406/2264 Profesor cultură fizică medicală |

## 2. Date despre disciplină

|                                                   |  |                                         |                                      |  |                     |                                 |           |   |                                                                             |  |   |
|---------------------------------------------------|--|-----------------------------------------|--------------------------------------|--|---------------------|---------------------------------|-----------|---|-----------------------------------------------------------------------------|--|---|
| 2.1. Denumirea disciplinei                        |  | Kinetoterapia în geriatrie-gerontologie |                                      |  | 2.2. Cod disciplină |                                 | KMS III 1 |   |                                                                             |  |   |
| 2.3. Titularul activității de curs                |  |                                         | Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos |  |                     |                                 |           |   |                                                                             |  |   |
| 2.4. Titularul activității de seminar / laborator |  |                                         | Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos |  |                     |                                 |           |   |                                                                             |  |   |
| 2.5. Anul de studiu                               |  | III                                     | 2.6. Semestrul                       |  | I                   | 2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP) |           | E | 2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă) |  | O |

## 3. Timpul total estimat

|                                                                                                   |    |                     |    |                        |     |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----|---------------------|----|------------------------|-----|
| 3.1. Numar ore pe saptamana                                                                       | 4  | din care: 3.2. curs | 2  | 3.3. seminar/laborator | 2   |
| 3.4. Total ore din planul de învățământ                                                           | 56 | din care: 3.5. curs | 28 | 3.6. seminar/laborator | 28  |
| Distribuția fondului de timp                                                                      |    |                     |    |                        | ore |
| a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe                                    |    |                     |    |                        | 20  |
| b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren |    |                     |    |                        | 24  |
| c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri                          |    |                     |    |                        | 23  |
| d. Tutoriat                                                                                       |    |                     |    |                        | 0   |
| e. Examinări                                                                                      |    |                     |    |                        | 2   |
| f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.) .....              |    |                     |    |                        | 0   |

|                                                   |     |
|---------------------------------------------------|-----|
| 3.7 Total ore studiu individual (a+b+c)           | 69  |
| 3.8 Total ore activități universitare (d+e+f+3.4) | 56  |
| 3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)               | 125 |
| 3.10 Numărul de credite**                         | 5   |

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

|                    |               |
|--------------------|---------------|
| 4.1. de curriculum | Nu este cazul |
| 4.2. de competențe | Nu este cazul |

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

|                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 5.1. de desfășurare a cursului                   | Prezența obligatorie 50%<br>Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție.<br>Studentii se vor prezenta la cursuri/seminarii cu telefoanele mobile închise. Nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale; Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și seminar întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional. |
| 5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului | Prezența obligatorie 80% pentru cei care nu au loc de muncă și 50% pentru cei care pot dovedi că locul de muncă le obstaculează realizarea procentului maxim de prezență (80%).<br>Sala de seminar este dotată cu aparatură de videoproiecție, saltea, masa terapie.<br>Lucrărilor de seminar și desfășurarea practică a acestuia va fi stabilită de titular de seminar.                                                                                                       |

## 6. Competențe specifice acumulate

|                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Competențe/rezultate ale învățării</b> | <i>C3 - Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică.<br/>C4 - Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.<br/>C5 - Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică.</i> |
| <b>Competențe transversale</b>            | <i>Nu este cazul</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

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

|                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | <p>Obiectivul general al programului de studii constă în formarea specialiștilor, abilitați cu capacități și competențe în domeniul cunoașterii organismului uman la vârste înaintate.</p> <p>Alte obiective secundare:</p> <p>Cunoașterea altor domenii conexe</p> <p>Capacitatea de a argumenta convingător un punct de vedere</p> <p>Capacitatea de comunicare (cu colegii, superiorii etc.)</p> <p>Capacitatea de a lucra în echipă</p> <p>Abilitatea de a scrie și vorbi într-o limbă străină</p> <p>Utilizarea tehnologiei informatice moderne.</p> |
| 7.2 Obiectivele specifice             | <p>Cunoașterea elementelor patologice specifice vârstnicilor, însușirea cunoștințelor necesare adaptării programelor kinetoterapeutice (specifice anumitor tipuri de acțiuni) la persoanele vârstnice.</p> <p>De asemenea, se au în vedere aspecte privind fenomenul îmbătrânirii, factori de risc pentru sănătate, kinetoterapia profilactică a fenomenului de îmbătrânire, kinetoterapia în anumite afecțiuni.</p> <p>Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect.</p> <p>Capacitatea de a descrie.</p>                           |

#### 8. Conținuturi

| 8.1 Curs                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Metode de predare                    | Observații          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------|---------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>Aspecte introductive. Probleme ale gerontologiei: vârstele de involuție, biologia senescentei, teorii ale senescentei, modificări fiziologice în senescentă</li> <li>Teoriile îmbătrânirii și particularitățile bolilor la vârsta a III a, particularitățile exercițiului fizic la vârsta a III a</li> <li>Factorii de risc pentru sănătate, Evaluarea clinică a bolnavului de vârstă a III a</li> <li>Probleme generale și specifice ale geriatriei: Sistemul cardiovascular, Sistemul respirator, Sistemul osteoarticular</li> <li>Recuperarea funcțională la vârsta a III-a: reguli și principii de bază în aplicarea kinetoterapiei la vârsta a III-a, Recuperarea kinetică la vârsta a III-a - pe afecțiuni</li> <li>Exercițiul fizic medicamentul miraculos cel mai ieftin, Efectul exercitiului fizic la vârstnic, Programe de exercitii în afecțiunile: Coxoza, Gonartroza, Dureri lombare, Osteoporoza la vârsta a III a, Incontinenta urinara și anală, prolaps genital</li> <li>Recuperarea postfractura a coloanei, recuperarea postfractura la nivelul mâinii, Prevenirea riscului caderilor, recuperarea postfractura de femur, Tratamentul durerii și inflamației</li> <li>Kinetoterapia în recuperarea afecțiunilor sistemului nervos ale vârstnicului</li> <li>Viata lungă prin mișcare, Teste de efort a capacității motrice a vârstnicilor</li> <li>Recuperarea medicală a bolnavului vârstnic instituționalizat. Geriatrie socială</li> <li>Îngrijirea și recuperarea la domiciliu a bolnavului vârstnic</li> <li>Tratamentul balneofizical la vârstnici</li> <li>Kinetoterapia profilactică a fenomenului de îmbătrânire</li> <li>Alimentația sănătoasă și creșterea gradului de activitate fizică în scăderea riscului la toți subiecții (recomandări)</li> </ol> | Prezentare ppt, prelegere, discuții. | 2 ore fizice / curs |
| <b>Bibliografie</b><br>Crețu, A., Ghid clinic și terapeutic fizical kinetic în bolile reumatice, Editura BREN, București, 2003.<br>Ispas, C., Cuculici, O., Kinetoterapia afecțiunilor vârstei a III a, ANEFS, București, 1997.<br>Marcu, V., Dan, M. (coordonatori), Kinetoterapie /Physiotherapy, Editura Universității din Oradea, 2006. Disciplina răspunde prin conținuturi, cerințelor comunității epistemice, asociațiilor profesionale și a angajatorilor din domeniul programului, aspect dovedit prin fișa disciplinei.<br>Miroiu, R., Kinetoterapia în afecțiunile neurologice, Editura Universității Naționale de Apărare, București, 2005.<br>Bălăceanu Stolnici C., Geriatrie practică, Ed. Medicală Amaltea, București, 1998.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                      |                     |
| 8.2. Seminar-laborator                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                      |                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                     |                               |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------|
| <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Aspecte demografice cu privire la îmbătrânirea populației în țară și în lume. Aspecte introductive. Probleme ale gerontologiei</li> <li>2. Teoriile îmbătrânirii și particularitățile bolilor la vârsta a III a. Particularitățile kinetoterapiei la vârsta a III a</li> <li>3. Factorii de risc pentru sănătate, Evaluarea clinică a bolnavului de vârsta a III a</li> <li>4. Probleme generale și specifice ale geriatriei: Kinetoterapia aplicată în Sistemul cardiovascular, Sistemul respirator, Sistemul osteoarticular</li> <li>5. Kinetoterapia în recuperarea afecțiunilor reumatismale (artroze, artrite, osteoporoză etc.)</li> <li>6. Exerciții și programe de kinetoterapie pentru recuperarea altor afecțiuni.</li> <li>7. Exerciții și programe pentru recuperarea posttraumatică la persoanele în vârstă</li> <li>8. Exerciții și programe pentru recuperarea afecțiunilor sistemului nervos</li> <li>9. Exerciții și programe pentru recuperarea afecțiunilor respiratorii și cardiovasculare</li> <li>10. Exerciții și programe pentru recuperarea medicală a bolnavului varstnic instituționalizat. Geriatrie socială.</li> <li>11. Exerciții și programe pentru îngrijirea și recuperarea la domiciliu a bolnavului varstnic</li> <li>12. Tratamentul balneofizical la varstnici</li> <li>13. Tratamentul balneofizical la varstnici</li> <li>14. Alimentația sanatoasă și creșterea gradului de activitate fizică în scăderea riscului la toți subiecții</li> </ol> | <p>Conversație, aplicarea practică a cunoștințelor teoretice dobândite la curs.</p> | <p>2 ore fizice / seminar</p> |
| <p><b>Bibliografie</b><br/>         Lozinca I., Elemente de patologie a aparatului respirator și recuperarea prin kinetoterapie, Ed. Univ. Oradea, 2002.<br/>         Plas F., Hagron E., Kinetoterapie activă, Ed. Polirom, Iași, 2001.<br/>         Sbenghe T., Recuperarea medicală la domiciliul bolnavului, Ed. Medicală, București, 1996.<br/>         Sheldon Shelp G. Clinica Mayo, Despre hipertensiunea arterială, Edit. All, Buc., 2000.<br/>         Geriatrie și geropatologie pentru asistenți medicali, Ed. All, Monica Moldovanu, 2011.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                     |                               |

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

|                                                                                                                                                                                       |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Disciplina răspunde prin conținuturi, cerințelor comunității epistemice, asociațiilor profesionale și a angajatorilor din domeniul programului, aspect dovedit prin fișa disciplinei. |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**10. Evaluare**

| Tip activitate                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere din nota finală |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|-------------------------|------------------------------|
| 10.4 Curs                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Evaluare finală.          | Evaluare scrisă.        | 50%                          |
| 10.5 Seminar/laborator                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Evaluare finală.          | Examen oral.            | 50%                          |
| <p>10.6 Standard minim de performanță:<br/> <b>INSUSIREA TEORETICĂ A NOTIUNILOR CURSULUI KINETOTERAPIA ÎN GERIATRIE ȘI GERONTOLOGIE, PRECUM ȘI DEPRINDEREA PRINCIPALELOR MANEVRE PRACTICE SPECIFICE.</b><br/> <b>Cerinte pentru promovare:</b><br/>           a) Prezența:<br/>           • la curs prezența este obligatorie în pondere 50%, acordându-se o pondere de 20% în plus la nota finală celor care au frecventat cursul;<br/>           • la seminarii pentru a putea fi evaluat, studentul trebuie să aibă o pondere de 70% în cazul în care nu lucrează și 50% pondere prezențe în cazul în care lucrează (se dovedește calitatea de angajat printr-o adeverință eliberată de la locul de muncă). În cazul în care studentul nu îndeplinește niciuna din condițiile de prezență la curs sau seminar, acesta va putea susține atât examenul ORAL din cadrul seminarului, cât și examenul scris tip GRILĂ cu condiția realizării unor referate.<br/>           b) Nota finală:<br/>           • este compusă din 50% examenul scris (la care studentul trebuie să obțină minim nota 5), 50% nota de seminar.<br/>           c) Examenul:<br/>           • examenul parțial oral din cadrul seminarului va avea o pondere de 50% din nota finală.<br/>           • examenul final scris este de tip grila și va avea o pondere de 50% din nota finală.</p> <p><b>NOTA MINIMĂ PENTRU PROMOVARE ESTE 5</b></p> |                           |                         |                              |

Data completării  
30.09.2024

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament