

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2020-2021

Anul de studiu I/ Semestrul II

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățămînt superior	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Kinetoterapie și motricitate specială
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificarea*	Kinetoterapie și motricitate specială - kinetoterapeut cod COR 226405 - profesor cultură fizică medicală cod COR 226406 - fiziokinetoterapeut cod COR 226401

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Educație pentru sănătate și prim ajutor		2.2. Cod disciplină	KMS I 11			
2.3. Titularul activității de curs	Lector univ.dr. Liana Maria Costea						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Asist. Drd. Adela Neamțu Popescu						
2.5. Anul de studiu	I	2.6. Semestrul	II	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 învățămînt	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					18
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități					-

3.7 Total ore studiu individual	44
3.8 Total ore din planul de învățămînt*	56
3.9 Total ore pe semestru	100
3.10 Numărul de credite**	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu e cazul
4.2. de competențe	Nu e cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Cursul se va desfășura în sală de curs dotată cu videoproiector și materiale specifice, studenții prezentându-se la timp, nefiind tolerată întârzierea acestora întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional, iar telefoanele mobile vor fi închise nefiind tolerate convorbirile telefonice și conversațiile pe site-urile de socializare în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale. Prezența conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III
--------------------------------	--

5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<p>Studentii își vor desfășura activitatea de la seminar în laborator dotat cu materiale auxiliare pentru demonstrații, în echipament corespunzător și vor respecta aceleași condiții de participare ca și la curs.</p> <p>Prezența conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.</p>
--	--

6. Competențe specifice acumulate

<p>Competențe profesionale</p> <p>C1 Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.</p> <p>C2 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).</p>	<p>C1.1 Descrierea și utilizarea adecvată în comunicarea profesională a conceptelor, teoriilor, tehnicilor și metodelor specifice kinetoterapiei.</p> <p>C1.2 Operaționalizarea conceptelor cheie din domeniul kinetoterapiei, formularea de ipoteze pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de situații asociate cu intervenția kinetoterapeutică.</p> <p>C1.3 Identificarea tehnicilor și metodelor de intervenție kinetoterapeutică adecvate unor contexte specifice.</p> <p>C1.4 Identificarea și selectarea metodelor adecvate de evaluare a eficienței și eficacității programelor de intervenție kinetoterapeutică.</p> <p>C1.5 Proiectarea și planificarea unui program de intervenție kinetoterapeutică ce presupune utilizarea unor principii și metode clasice, cu valoare recunoscută în domeniu.</p> <p>C2.1 Identificarea și explicarea conceptelor, teoriilor și modelelor specifice curriculum-ului integrat.</p> <p>C2.2 Utilizarea cunoștințelor fundamentale și de specialitate pentru explicarea și interpretarea stărilor de sănătate și de boală ale indivizilor aflați în diverse etape de vârstă și în variate contexte socio-profesionale.</p> <p>C2.3 Identificarea și aplicarea într-o manieră critică a unor principii de bază pentru dezvoltarea unor strategii de rezolvare a problemelor asociate intervenției kinetoterapeutice (abilități de gândire critică, de luare a deciziilor și de rezolvare le probleme).</p> <p>2.4 Realizarea unui raționament corect de evaluare a calității unor programe de intervenție kinetoterapeutică, prin utilizarea cunoștințelor teoretice.</p> <p>2.5 Selectarea cunoștințelor teoretice relevante pentru realizarea managementului inico-terapeutic al beneficiarilor serviciilor de kinetoterapie.</p>
Competențe transversale	

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<p>Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul educației pentru sănătate, reunite într-o teorie care fundamentează științific această activitate.</p> <p>Însușirea cunoștințelor referitoare la regulile de igienă.</p> <p>Însușirea corectă a tehnicilor de acordare a primului ajutor.</p> <p>Asimilarea bazei teoretice și practice de resuscitare cardio-respiratorie de bază și intervenția de bază în principalele urgențe medicale și traumatologice.</p>
7.2 Obiectivele specifice	<p>Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a mai multor modalități de abordare a domeniului educației pentru sănătate.</p> <p>Generalizarea și sinteza valorilor teoretice rezultate din alte științe.</p> <p>Formarea de atitudini explicite în ceea ce privește condițiile și mijloacele prin care poate fi obținută și menținută starea individuală de sănătate.</p> <p>Analiza cantitativă și calitativă a rației alimentare.</p> <p>Recunoașterea stopului cardio-respirator, inițierea resuscitării cardio-respiratorii de bază, inclusiv în situații particulare (asfixie, înec, electrocutare etc);</p> <p>recunoașterea principalelor urgențe medicale.</p>

8. Conținuturi*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Noțiuni introductive privind igiena și îngrijirea medicală – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Bazele alimentației/ nutriția și importanța nutriției – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Alimentația pe grupe de alimente – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Necesarul energetic al organismului – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Evaluarea primară a pacientului traumatizat- 2ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Primul ajutor în unele urgențe medicale – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Leziuni traumatice pe aparate și sisteme – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Șocul. Hemoragiile. Diagnostic, principii de bază pentru primul ajutor – 2 ore.	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Resuscitarea cardio-pulmonară Calea aeriană, protocolul obstrucției de cale aeriană, poziția laterală de siguranță. Manevra Heimlich (adult, copil) – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Primul ajutor în leziunile traumatice ale aparatului locomotor – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Primul ajutor în hipotermie și hipertermie, înec, hidrocuție, arsuri, insolație – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Tehnici de imobilizare în traumă – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Transportul pacientului traumatizat – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Serviciile de urgență: Jandarmerie, Politie, Pompieri, Ambulanta – 2 ore	Curs interactiv/ Microsoft Teams	
Bibliografie		
1. Boeriu Cristian: Medicina de urgență. Note de curs. University Press, 2016 10		
2. RUSU, M., (2013), Stilul de viață și obezitatea, Editura de Vest, Timisoara;		
3. Arafat Raed, Vass Hajnal: Primul ajutor calificat, Ed. Ministerului Administrației și Internelor, 2009. http://atimures.ro/wp-content/uploads/2012/09/manual-prim-ajutor.pdf		
4. MANESCU, C.O., (2010), Suplimente nutriționale și doping în sport, Editura ASE, București ;		
5. MANESCU, D.C., (2010), Alimentația în fitness și bodybuiding, Editura ASE, București;		
6. MIHELE, D., (2008), Igiena alimentației, Editura Medicală , București;		
7. DEHELEAN, G., (2004), Igiena și alimentația sportivilor, Editura Augusta;		
8. ZAMORA, E., POPESCU, A., ZAMORA, D.E., (2004), Primul ajutor în educație fizică, sport și kinetoterapie, Editura GMI, Cluj-Napoca.		
9. SEGAL, R., (2002), Principiile nutriției, Editura Academica, Galați;		
10. LUPEA, X., Marconi I., Gharibeh, A., (2001), Alimentația și efortul fizic, Editura Vasile Alexandri, University Press, Arad;		
11. SEGAL, R., BARBU, I.(1982) Analiza senzorială a produselor alimentare, Editura Tehnică, București;		
8.2. Seminar-laborator		
Condiții igienico-sanitare generale / Condiții igienico-sanitare într-un cabinet de kinetoterapie, baze sportive, echipament sportiv – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Necesități alimentare ale ființei umane Aspecte ale deshidratării și rehidratării în sport – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Clasificarea trofinelor alimentare – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Alcătuirea rației alimentare – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Calea aeriană, protocolul obstrucției de cale aeriană, poziția laterală de siguranță – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Resuscitare cardio-pulmonară – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Resuscitarea în situații speciale: hipotermie și hipertermie.- 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	

Resuscitarea în situații speciale : înec, electrocutare, convulsii - 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Primul ajutor în caz de arsuri – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Evaluarea primara a pacientului traumatizat – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Tehnici de hemostază – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Tehnici de imobilizare și pansare – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Reguli de mobilizare și transport în traumatisme – 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	
Prim ajutor în leziuni pe aparate și sisteme- 2 ore	Demonstrații practice/Microsoft Teams	

Bibliografie

1. Boeriu Cristian: Medicină de urgență. Note de curs. University Press, 2016 10
2. RUSU, M., (2013), Stilul de viață și obezitatea, Editura de Vest, Timisoara;
3. Arafat Raed, Vass Hajnal: Primul ajutor calificat, Ed. Ministerului Administrației și Internelor, 2009.
<http://atimures.ro/wp-content/uploads/2012/09/manual-prim-ajutor.pdf>
4. MANESCU, C.O., (2010), Suplimente nutriționale și doping în sport, Editura ASE, București ;
5. MANESCU, D.C., (2010), Alimentația în fitness și bodybuiding, Editura ASE, București;
6. MIHELE, D., (2008), Igiena alimentației, Editura Medicală , București;
7. DEHELEAN, G., (2004), Igiena și alimentația sportivilor, Editura Augusta;
8. ZAMORA, E., POPESCU, A., ZAMORA, D.,E., (2004), Primul ajutor în educație fizică, sport și kinetoterapie, Editura GMI, Cluj-Napoca.
9. SEGAL, R., (2002), Principiile nutriției, Editura Academica, Galați;
10. LUPEA, X., Marconi I., Gharibeh, A., (2001), Alimnetatia și eforul fizic, Editura Vasile Alexandri, University Press, Arad;
11. SEGAL, R., BARBU, I.(1982) Analiza senzorială a produselor alimentare, Editura Tehnică, București;

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

Cunoașterea unor măsuri de prim ajutor de bază conferă studentului de anul I capacitatea de a interveni cu competență atât în posibilele situații de urgență ce-l implică direct pe acesta, familia sau comunitatea profesională în care-și desfășoară activitatea, cât și în cadrul comunității în general.

Cunoștințele teoretice și mai ales practice acumulate vor pune bazele asimilării noțiunilor medicale de la disciplinele din anii de studiu următori.

Motivația fundamentală în abordarea problematicii educației pentru sănătate și prim ajutor, constă în extinderea portofoliului profesional al viitorului kinetoterapeut

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Proba de examen va fi cea scrisă, având ca scop verificarea cunoștințelor acumulate pe parcursul semestrului. Notarea va fi de la 1 la 10, cu acordarea unui punct din oficiu. Prezența la cursuri conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III.	<i>Test grilă</i>	50%
10.5 Seminar/laborator	Formele principale de evaluare la seminarii vor fi: expunerea orală, înșușirea corectă a manoperelor esențiale. Evaluate prin notare de la 1 la 10. Prezența la seminarii conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.	<i>Simularea unei intervenții</i>	50%
10.6 Standard minim de performanță: Evaluarea cu calificativ minim promovabil a nivelului de cunoștințe, competențe profesionale și abilități practice, care să îi permită studentului, viitorului profesor de educație fizică și sport, să integreze aceste cunoștințe în portofoliul profesional personal, cu efecte benefice asupra componentei practico aplicative, specifică profesiei. Minimum nota 5 la examenul practic. Minimum nota 5 la examenul scris- grilă. Prezența conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.			

Minimum nota 5 la examenul scris- grilă.
Prezența conform Regulamentului privind activitatea profesională a studenților, capitolul III, art. 25.

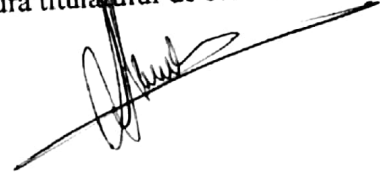
Data completării

01.10.2020

Semnătura titularului de curs



Semnătura titularului de seminar



Data avizării în departament

1.10.2020

Semnătura directorului de departament

