

FIȘA DISCIPLINEI
ANUL UNIVERSITAR
2025- 2026

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DE MEDICINA SI FARMACIE DIN CRAIOVA
1.2 Facultatea	ASISTENȚĂ MEDICALĂ
1.3 Departamentul	I
1.4 Domeniul de studii	SĂNĂTATE
1.5 Ciclul de studii ¹	LICENȚĂ
1.6 Programul de studii/Calificarea	BALNEOFIZIOKINETOTERAPIE ȘI RECUPERARE/FIZIOTERAPEUT LICENȚIAT

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumirea disciplinei	KINETOTERAPIE						
2.2. Codul disciplinei	BFKT21208						
2.3 Titularul activităților de curs	Rodica Trăistaru						
2.4 Titularul activităților de seminar	Mihaela Macovei Moraru, Dan Caimac						
2.5. Gradul didactic	Profesor universitar, Asistent universitar						
2.6. Încadrarea (norma de bază/asociat)	Norma de bază						
2.7. Anul de studiu	II	2.8. Semestrul	1+2	2.9. Tipul disciplinei (conținut) ²⁾	DSOB	2.10. Regimul disciplinei (obligativitate) ³⁾	DI

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

SEMESTRUL 1					
3.1 Număr de ore pe săptămână	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
3.7. Examinari	4				
3.8 Total ore studiu individual	30				
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					8
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutoriat					
Alte activități...consultații, cercuri studentesti					8
3.9 Total ore pe semestru (1 credit = 30 ore)	90				
3.10 Numărul de credite	3				
SEMESTRUL 2					
3.1 Număr de ore pe săptămână	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
3.7. Examinari	4				
3.8 Total ore studiu individual	30				
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					8
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutoriat					
Alte activități...consultații, cercuri studentesti					8
3.9 Total ore pe semestru (1 credit = 30 ore)	90				
3.10 Numărul de credite	3				

4. PRECONDIȚII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Studentii trebuie să aibă cunoștințe solide de anatomie, fiziologie, masaj
4.2 de competențe	• Capacitatea de a utiliza corect terminologia științifică • Aptitudini de observare, analiză și sinteză • Competențe de învățare autonomă și colaborativă

5. CONDIȚII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala curs Spitalul Clinic Municipal Filantropia Craiova , cu mijloace de proiectare Revederea cursurilor anterioare pentru a permite înțelegerea cursivă a noțiunilor Programarea examenului final este stabilită de titular de comun acord cu studenții
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Baza de reabilitare - Spitalul Clinic Municipal Filantropia Craiova Studenții vor aplica la stagiul practic noțiunile predate la curs. Ca urmare, se impune obligativitatea cunoașterii noțiunilor predate la cursurile anterioare. Aprofundarea cunoștințelor predate la curs se va face prin studiu individual. Lucrările practice vor fi interactive, cu implicarea directă a studentului, care are obligația să răspundă și să efectueze practic ceea ce i se solicită de către cadrul didactic (exemplu: alegerea și aplicarea corectă a programelor de kinetoterapie în diferite afecțiuni).

6. COMPETENȚELE SPECIFICE ACUMULATE (prin parcurgerea și promovarea disciplinei)

COMPETENȚE PROFESIONALE	C1. Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională C2. Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului C3. Aplicarea unor principii și metode de bază pentru rezolvarea de probleme/situații bine definite, tipice domeniului în condiții de asistență calificată C4. Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii C5. Elaborarea de proiecte profesionale cu utilizarea unor principii și metode consacrate în domeniu
COMPETENȚE TRANSVERSALE	CT1. Autonomie și responsabilitate – dobândirea de repere morale, formarea unor atitudini profesionale și civice, care să permită studenților să fie corecți, onești, neconflictuali, cooperanți, înțelegători în fața suferinței, disponibili să ajute oamenii, interesați de dezvoltarea comunității; – să cunoască, să respecte și să contribuie la dezvoltarea valorilor morale și a eticii profesionale; – să învețe să recunoască o problemă atunci când se ivește și să ofere soluții responsabile pentru rezolvarea ei. CT2. Interacțiune socială – să recunoască și să aibă respect pentru diversitate și multiculturalitate; – să aibă sau să învețe să-și dezvolte abilitățile de lucru în echipă; – să comunice oral și în scris cerințele, modalitatea de lucru, rezultatele obținute, să se consulte cu echipa; – să se implice în acțiuni de voluntariat, să cunoască problemele esențiale ale comunității. CT3. Dezvoltare personală și profesională – să aibă deschiderea către învățarea pe tot parcursul vieții, – să conștientizeze necesitatea studiului individual ca bază a autonomiei personale și a dezvoltării profesionale; – să valorifice optim și creativ propriul potențial în activitățile colective; – să știe să utilizeze tehnologia informației și comunicării.

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

Obiectivul general al disciplinei Formarea la student a capacității de a utiliza în mod științific și responsabil mișcarea și exercițiul terapeutic pentru prevenirea, reducerea și recuperarea deficiențelor și dizabilităților funcționale ale aparatului locomotor și ale altor sisteme, astfel încât să poată contribui la restabilirea, menținerea și optimizarea funcționării și a calității vieții pacientului.
Obiectivele specifice • formarea capacității studentului de a selecta, aplica și adapta corect exercițiile terapeutice în funcție de diagnosticul funcțional, stadiul bolii și particularitățile pacientului • dezvoltarea abilității de a elabora și conduce programe de kinetoterapie, de a evalua și monitoriza evoluția funcțională și de a ajusta intervenția în mod justificat • dezvoltarea unei atitudini responsabile și a unei comunicări eficiente cu pacientul și cu echipa multidisciplinară, în vederea creșterii eficienței actului de recuperare

7.2 REZULTATELE ÎNVĂȚĂRII

Cunoștințe ● descrie, identifică și sumarizează bazele teoretice ale kinetoterapie pasive și active din recuperarea pacientului ● să stăpânească cunoștințe despre substratul anatomic, fiziologic și fiziopatologic al mișcării ● să înțeleagă teoretic și practic modul de alcătuire al programelor de kinetoterapie de la tehnici și exerciții până la metode și folosirea tehnicilor de facilitare ● să stăpânească noțiuni generale teoretice și practice cu privire la principalele metode de kinetoterapie ● să stăpânească principalele obiective ale kinetoterapiei și a modului practic de îndeplinire a acestora ● să integreze cunoștințele de la celelalte discipline
Aptitudini ● demonstrează capacitatea de a aplica programe de kinetoterapie pasivă și activă, adaptate particularităților persoanelor sănătoase sau ale pacientului, patologiei acestuia ● să integrează datele într-o notă clinică SOAP (subiectiv, obiectiv, analiză, plan) și formulează cel puțin 3 obiective SMART ● să identifice red flags și stabilește criterii de trimitere/imagistică
Responsabilitate și autonomie ● să gestioneze adecvat procesul de implementare a programelor de kinetoterapie pasivă și/sau activă, cu asumarea responsabilității privind planificarea, organizarea, evaluarea și furnizarea serviciilor medicale ● să fie deschiși spre dobândirea de repere morale, formarea unor atitudini profesionale și civice, care să permită studenților să fie corecți, onești, neconflictuali, cooperanți, înțelegători în fața suferinței, disponibili să ajute oamenii, interesați de dezvoltarea comunității ● să învețe să recunoască o problemă atunci când se ivește și să ofere soluții responsabile pentru rezolvarea ei ● să recunoască și să aibă respect pentru diversitate și multiculturalitate ● să aibă sau să învețe să-și dezvolte abilitățile de lucru în echipă ● să comunice oral și în scris cerințele, modalitatea de lucru, rezultatele obținute, să se consulte cu echipa ● să se implice în acțiuni de voluntariat, să cunoască problemele esențiale ale comunității ● să aibă deschiderea către învățarea pe tot parcursul vieții ● să conștientizeze necesitatea studiului individual ca bază a autonomiei personale și a dezvoltării profesionale; ● să știe să utilizeze tehnologia informației și comunicării; să aibă inițiativă, să se implice în activitățile educative și științifice ale disciplinei

8. CONȚINUTURI

8.1 CURS (UNITĂȚI DE CONȚINUT)	Nr. ore
SEMESTRUL 2	
Curs 1	2
Kinetoterapia - definiție, terminologie, istoric. Locomoția - evoluția locomoției, poziția bipeda, clasificarea mișcărilor	
Curs 2	2
Bazele fizice ale kinetoterapiei - forța și mișcare, gravitație, sprijin, echilibru. Masini simple- pârghiile, scripetii, planul inclinat	
Curs 3	2
Bazele anatomice, fiziologice și fiziopatologice ale kinetoterapiei - articulația, mușchiul striat, complexul nerv-muschi, nervul	
Curs 4	2
Screening funcțional. Testarea clinică musculo-articulară: generalități, modalitățile de măsurare, reguli generale ale tehnicii testării articulare	
Curs 5	2
Clasificarea tehnicilor kinetoterapeutice. Tehnici anakinetice - imobilizarea, posturarea.	
Curs 6	2
Mobilizarea pasivă - efecte, condiții de realizare, modalități tehnice Mobilizarea activă reflexă și mobilizarea activă voluntară, modalitățile tehnice de mobilizare activă voluntară	
Curs 7	2
Tehnici kinetice statice - contracția musculară izometrică, relaxarea musculară. Tipurile de contracție musculară	
Curs 8	2
Exercițiul fizic terapeutic - structura, exemple, principii de execuție, poziția de start și promovarea mișcării Elemente facilitatorii proprioceptive, exteroceptive și combinate	
CURS 9	2

Metode de kinetoterapie - definiție, exemple	
Metode speciale - mecanoterapia, scripetoterapia, Gunthrie Smith, suspensoterapia, terapia ocupationala, hidrokinetoterapia, gimnastica aerobica	
CURS 10	4
Metoda Kabat - descriere, scheme, principii de aplicare	
CURS 11	4
Metoda Bobath – descriere, principii de aplicare	
Curs 12	2
Relaxarea- curentul oriental, curentul psihologic, curentul fiziologic (Jacobson)	
TOTAL	28
SEMESTRUL 2	
Curs 1	2
Kinetoterapia în corectarea posturii si aliniamentului corpului - alinierea coloanei cervicale, alinierea coloanei toracale si a centurii scapulare	
Curs 2	2
Kinetoterapia în corectarea posturii si aliniamentului corpului - alinierea coloanei lombare si a bazinului	
Curs 3	2
Aplicarea corecțiilor posturale în activități funcționale. Transfer în activități zilnice și ergonomie. Ridicări/transport, ședere/ortostatism prelungit	
Curs 4	2
Creșterea mobilitatii articulare – redoarea, limitarea amplitudinii de miscare, modalitățile de refacere a amplitudinii de miscare. Stretching static/dinamic, contract-relax, mobilizări	
Curs 5	2
Creșterea forței musculare – substratul creșterii forței musculare, exercițiul rezistiv, metode de creștere a forței musculare	
Curs 6	2
Creșterea rezistenței musculare. Planificarea si dozajul rezistenței locale si generale	
Curs 7	2
Creșterea coordonarii, controlului si echilibrului. Propriocepție, perturbări, dual-task, integrare vizuo-vestibulară	
Curs 8	4
Antrenamentul la efort. Evaluare, aplicare program, monitorizare	
Curs 9	2
Reeducarea sensibilitatii prin metode kinetice. Rolul kinetoterapiei in reabilitarea pacientului cu tulburări de sensibilitate	
Curs 10	2
Kinetoterapia la pacientul cu disfuncție respiratorie. Principii de alcătuire a programului kinetic	
Curs 11	2
Design-ul sesiunii de kinetoterapie. Structurarea unei sesiuni complete pe obiectiv Selectie exercitii cheie; balans volum-intensitate Stabilirea obiectivelor si milestone-urilor în programele de kinetoterapie. SMART, criteria-based vs time-based; schimbarea planului	
Curs 12	2
Practica bazată pe dovezi în kinetoterapie. Integrarea dovezilor în selectie si progresie	
Curs 13	2
Kinetoterapia cu ajutorul dispozitivelor robotizate	
TOTAL	28
BIBLIOGRAFIE	
• Iulia-Rahela Marcu, Rodica Traistaru. Obiectivele de bază ale kinetologiei. Editura SITECH, Craiova, 2020 • Kisner, C., Colby, L. A., & Borstad, J. (2021). <i>Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques</i> (7th ed.) • Starkey, C., Brown, S. D., & Ryan, J. L. (2021). <i>Therapeutic Exercise: Program Design and Technique</i> (5th ed.) • Biel, A., & Sahrmann, S. A. (2022). <i>Movement System Impairment Syndromes of the Extremities, Cervical and Thoracic Spines</i> (2nd ed.) • Tudor Sbenghe. Kinesiologie. Știința mișcării. Editura Medicală, București, 2002. • Braddom R. Physical Medicine and Rehabilitation, Sixth Edition, Ed. Elsevier, 2020.	

8.2. CONȚINUTUL LUCRĂRILOR PRACATICE: PROGRAMA ANALITICĂ	
SEMESTRUL 1	
LP 1. Alcătuirea unui serviciu de kinetoterapie; noțiuni de protecție a muncii și protecția pacienților împotriva unor accidente	2
LP 2. Tipurile de mișcări. Masini simple în sala de kinetoterapie - pârgăile, scripetii, planul înclinat	2
LP 3. Testingul articular - modalitățile de măsurare, reguli generale ale tehnicii testingului articular, goniometrul, aplicatie practica	2
LP 4. Testingul muscular - reguli generale ale tehnicii testingului musculara, cotarea, aplicatie practica	2
LP 5. Tehnici anakinetice - imobilizarea, posturarea diferitelor segmente, contracția musculară izometrică pentru grupele musculare importante	2
LP 6. Mobilizarea segmentelor corpului – pasiv, activ reflex și activ voluntar; condiții de realizare, modalități tehnice	2
LP 7. Verificarea cunoștințelor acumulate	2
LP 8. Exercițiul fizic terapeutic-structural, exemple, principii de execuție, poziția de start și promovarea mișcării	2
LP 9. Elementele facilitatorii proprioceptive, exteroceptive și combinate	2
LP10. Metoda Kabat – scheme de mișcare pentru membre superioare	2
LP 11. Metoda Kabat – scheme de mișcare pentru membre inferioare și trunchi	2
LP 12. Metoda Bobath – poziții reflex inhibitorii, transferurile	4
LP 14. Relaxarea - Metoda Jacobson și Schultze	2
TOTAL	28
SEMESTRUL 2	
LP 1. Corectarea posturii și aliniamentului corpului - exercitii de aliniere a coloanei cervicale, coloanei toracale și a centurii scapulare	2
LP 2. Corectarea posturii și aliniamentului corpului - exercitii de aliniere a coloanei lombare și a bazinului	2
LP 3. Tehnici kinetice de realizare a diferitelor tipuri de transfer	2
LP 4. Refacerea mobilitatii articulare – stretchingul pentru grupele musculare cu tendința la scurtare, mobilizari și manipulari	2
LP 5. Exercițiul fizic rezistiv, creșterea forței musculare prin contractii izometrice, izotonice	4
LP 6. Program kinetic pentru refacerea și menținerea rezistenței musculare	2
LP 7. Exerciții de coordonare, control și echilibru	2
LP 8. Antrenamentul la efort - testul la cicloergometrul, toleranta la efort	4
LP 9. Exerciții de reeducare a sensibilității	2
LP 10. Reeducarea respiratorie - posturarea, exercitii, gimnastica de corectare	2
LP 11. Exerciții de reeducare mers cu ajutorul dispozitivului robotizat r-gait	4
TOTAL	28
BIBLIOGRAFIE	
• Iulia-Rahela Marcu, Rodica Traistaru. Obiectivele de bază ale kinetologiei. Editura SITECH , Craiova, 2020. • Hescott, B. J., & Draper-Rodi, J. (2021). Exercise Therapy in Musculoskeletal Conditions: Evidence-Based Clinical Practice • Levangie, P. K., Norkin, C. C., & Lewek, M. D. (2021). Joint Structure and Function: A Comprehensive Analysis (6th ed.)	

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

• Disciplina de Kinetoterapie este o disciplină fundamentală, obligatorie. • Cunoștințele, deprinderile practice și atitudinile învățate la această disciplină ofera baza de studiu pentru stabilirea programului kinetic necesar pentru corectarea deficitului functional la pacientul cu afectarea mobilității, parametrilor musculari, echilibrului și mersului, precum și pentru refacerea capacității de efort.

10. REPERE METODOLOGICE

Forme de activitate	Tehnici de predare / învățare, materiale, resurse: expunere, curs interactiv, lucru în grup, învățare prin probleme/proiecte etc În cazul apariției unor situații speciale (stări de alertă, stări de urgență, alte tipuri de situații care limitează prezența fizică a persoanelor) activitatea se poate desfășura și online folosind platforme informatice agreate de către Facultate/Universitate (ex. Webex meeting).
---------------------	---

Curs	Se folosesc următoarele metode combinate: prelegerea,expunerea în actualitate, conversația examinator, analiza, sinteza, compararea, generalizarea, învățarea interactivă în scopul realizării feedback-ului, explicarea unor probleme evidențiate de studenți, prezentarea cu mijloace audio-vizuale Aprecieri periodice a nivelului de cunoștințe dobândite
Lucrări practice	Se folosesc următoarele metode combinate: demonstrația cu obiecte în stare naturală, metoda exercițiului, conversația dezbateri
Studiu individual	Înainte de fiecare curs și a fiecărei lucrări practice Observația, studiul de caz, lucrul cu manualul, documentarea realizate înainte de fiecare curs și a fiecărei lucrări practice și înainte de examen

11. PROGRAM DE RECUPERARE

	Nr. absențe care se pot recupera	Locul desfășurării	Perioada	Responsabil	Programarea temelor
Recuperări absențe	3	Sala curs Spital nr. 2 Craiova Clinica de Reabilitare	Ultima lună a semestrului	Indrumătorul de grupă	Lucrări practice: Cronologic, max. 1 temă/zi Maximul absente nemotivate recuperabile: 20% Refacerea absențelor nemotivate conform regulamentului se va face în regim de taxă, al cărei cuantum va fi stabilit anual de către Senat. Refacerea absentelor este obligatorie, indiferent de motiv și constituie o condiție obligatorie care trebuie îndeplinită pentru prezentarea la examen, indiferent de sesiune. Sunt scutite de la plata taxelor un număr de 3 absențe nemotivate
Program de consultații/ cerc științific studențesc	2 ore/ săptămână/ cadru didactic	Sala curs Spital nr. 2 Craiova Clinica de Reabilitare	Săptămânal	Indrumătorul de grupă Seful de disciplina	În raport cu solicitările studenților. Se urmăresc temele propuse la începutul fiecărui semestru. Interval orar recomandat: în cursul semestrului, miercuri: 13-14.
Program pentru studenții slab pregătiți	2 ore/ săptămână	Sala curs Spital nr. 2 Craiova Clinica de Reabilitare		Indrumătorul de grupă Seful de disciplina	Tema din săptămâna respectiva

12. EVALUARE

Tip de activitate	Forme de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluare formativă prin sondaj în timpul semestrului Sumativă în timpul examenului	Examen (scris)/ sistem grilă	40%
Lucrări practice	Formativă prin sondaj în timpul semestrului Periodică în timpul semestrului, Sumativă în ultima săptămână a semestrului	Examen (scris)/ sistem grilă	30%
Verificări periodice			20%
Evaluarea activității individuale			10%
Standard minim de performanță			minim 50% la fiecare component a evaluării
- Cunoașterea aspectelor fundamentale ale exercitiului fizic terapeutic - Recunoașterea / definirea elementelor fundamentale ale programului de kinetoterapie activă / pasivă			

13. PROGRAME DE ORIENTARE SI 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 curs / baza de recuperare Spitalul Filantropia Craiova	Îndrumătorul de grupă și titularul de disciplină

Data avizării în departament: 18.09.2025

**Șef de departament,
Prof.univ.Dr.Aurelia Enescu**

**Coordonator program de studii,
Prof. univ. Dr. Dana Albulescu**

**Titular disciplină,
Prof.univ.dr. Rodica Trăistaru**

