

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	ASISTENTĂ MEDICALĂ
1.3 Departamentul	1
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	KINETOPROFILAXIE				
2.2. Codul disciplinei	BFKT2109				
2.3 Titularul activităților de curs	Sef lucrări dr. Marcu Iulia-Rahela				
2.4 Titularul activităților de seminar	Sef lucrari dr. Marcu Iulia-Rahela				
2.5. Gradul didactic	Sef lucrari dr. Marcu Iulia-Rahela				
2.6. Încadrarea (norma de bază/asociat)	Norma de bază				
2.7. Anul de studiu	II	2.8. Semestrul	II	2.9. Tipul disciplinei (conținut) ²⁾	DSOB
				2.10. Regimul disciplinei (obligativitate) ³⁾	

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

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 Examinări	3				
3.8 Total ore studiu individual	61				
Distribuția fondului de timp ore					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					13
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					3
Alte activități...consultații, cercuri studentesti					13
3.9 Total ore pe semestru	120				
3.10 Numărul de credite ⁴⁾	4				

4. PRECONDIȚII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Studentii trebuie să aibă cunoștințe solide de anatomie, fiziologie, masaj, evaluare în kinetologie
4.2 de competențe	Cunoasterea mecanismelor locomotiei, postura, tipuri de miscari. Utilizarea parametrilor adecvați în tehnicile de creștere a mobilității articulare, forței musculare, coordonării și al echilibrului, în ameliorarea unor parametri modificali (cardiovascular, respirator, neuromuscular etc). Elaborarea unor scoruri adcvate pentru aprecierea reducerii deficitului funcțional și independența socio-profesională

5. CONDIȚII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala curs – dotată cu suport logistic video Sala FMAM-CORP C
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de kinetoterapie SCJU nr.1 Craiova Studentii vor aplica la stagiul practic noțiunile predate la curs. Ca urmare, se impune obligativitatea cunoașterii noțiunilor predate la cursurile anterioare. Respectarea regulilor de protecția muncii și conduită în baza de recuperare . Folosirea echipamentului specific (halat). Aprofundarea cunoștințelor predate la curs se va face prin studiu individual. Stagiile vor fi interactive, cu implicarea directa a studentului, care are obligația să răspundă și să efectueze practic ceea ce i se solicită de către cadrul didactic . Notificarea obligatorie a experiențelor practice de la seminar în caietul de stagiu. Nu se tolerează înregistrarea, fotografierea și efectuarea de convorbiri telefonice/sms în timpul stagiului.

6. COMPETENȚELE SPECIFICE ACUMULATE⁶⁾⁷⁾	
COMPETENȚE PROFESIONALE	C1 - Să identifice starea de boala si sa stabileasca diagnosticul corect al afectiunii/ afectiunilor C2 – Să abordeze problemele de sanatate/boala din perspectiva particularitatilor comunitatii, in relatie directa cu conditiile sociale, economice sau/si culturale proprii acelei colectivitati. C3 – Sa initieze si sa deruleze o activitate de cercetare stiintifica sau/si formativa in domeniul sau de competente
COMPETENȚE TRANSVERSALE	C6. 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 sa 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. C7. 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. C8. 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 si creativ propriul potential 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	- noțiuni generale de kinetoprofilaxie primară, secundară și terciară - noțiuni generale despre modificările fiziologice determinate de exercițiul aerob și despre modificările adaptative la antrenament: cardiovasculare, respiratorii, metabolice și ale aparatului locomotor - metodologia testării capacității de efort - kinetoprofilaxia generală și specială
Obiectivele specifice	- dobândirea cunoștințelor necesare pentru evaluarea somatoscopică și somatometrică - însușirea metodologiei de evaluare în kinetoprofilaxie primară și secundară - formarea competenței de utilizare corectă a terminologiei anatomice în practica profesională; - cultivarea atitudinii de rigoare, respect și profesionalism în abordarea corpului uman.

7.2 REZULTATELE ÎNVĂȚĂRII

Cunoștințe • Însușirea metodologiei medicale • Recunoașterea simptomelor și semnelor bolilor • Acomodarea cu noțiunile teoretice și practice ale metodologiei kinetice în scop profilactic • Să organizeze efectuarea lucrării practice: să formeze o echipă, să împartă sarcinile, să colaboreze, să comunice cerințele, să efectueze o anamneză corectă
--

Aptitudini • 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 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. • 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 valorifice optim și creativ propriul potențial în activitățile colective; • să știe să utilizeze tehnologia informației și comunicării; • să aibă inițiativă, să se implice în activitățile educative și științifice ale disciplinei
Responsabilitate și autonomie ▪ să dovedească o atitudine profesională față de pacient și echipa de lucru ▪ să instituie și să mențină un climat de lucru lipsit de pericole ▪ să cunoască importanța educației medicale continue pentru a-și dezvolta capacitățile profesionale fondate pe date științifice actuale • comportament etic și jurisprudență: ▪ să aplice principiile etice legate de practica medicală ▪ să respecte drepturile pacienților ▪ să analizeze critic semnele de abuz asupra pacienților și să informeze instanțele legale ▪ să acorde prioritate acelor opțiuni de tratament care răspund nevoilor individuale ale pacienților ▪ să respecte pacienții și colegii fără discriminare ▪ să respecte procedurile juridice, legale, administrative și direcțiile de conduită în practica medicală • capacitatea de comunicare și relaționare • să-și însușească și să utilizeze corect vocabularul medical • să comunice cu pacientul și cu aparținătorii acestuia • să identifice factorii sociologici și culturali care pot interveni în afecțiunile aparatului mioartrokinetic • să interrelacioneze cu medicii altor specialități • să mențină o atmosferă de lucru constructivă, lipsită de stres.

8. CONȚINUTURI

8.1 Curs (unități de conținut)	Nr. ore
Curs 1	2
Introducere Generalități și terminologie Istoric	
Curs 2	2
Evaluarea aparatului locomotor: statica, postura, echilibrul	
Curs 3	2
Evaluarea aparatului locomotor: mobilitatea articulară, forța și rezistența musculară, coordonare și abilitate	
Curs 4	2
Kinetoprofilaxia aparatului cardiovascular	
Curs 5	2
Testarea la efort • Indicații • Contraindicații - Reguli • Scala Borg • MET	
Curs 6	2
Testarea capacității de efort cardio-respirator • Metode • Criterii de terminare	
Curs 7	2

Metodologia antrenamentului la efort Efectele antrenamentului la efort	
Curs 8	2
Adaptări cardiovasculare postantrenament	
CURS 9	2
Atitudinea global lordotica	
CURS 10	2
ATITUDINEA GLOBAL CIFOTICA	
CURS 11	2
Atitudinea global rigida	
Curs 12	2
Atitudinea global asimetrica	
CURS 13	2
Kinetoprofilaxia primară și secundară a obezității	
CURS 14	2
Kinetoprofilaxia Femeii În Perioada De Sarcina	
BIBLIOGRAFIE OBLIGATORIE 1. Iulia-Rahela Marcu, Rodica Traistaru. Obiectivele de bază ale kinetologiei. Editura SITECH , Craiova,2020. 2. Otila Rogoveanu. Medicina Fizica si Reabilitare Medicala, Editura Medicala Universitara Craiova,2020.	
BIBLIOGRAFIE OPȚIONALĂ 3. Braddom R. Medicina Fizica si Reabilitare, Editia a IV-a, 2015	
CONȚINUTUL LUCRĂRILOR PRACATICE: PROGRAMA ANALITICĂ	
F1. LP1. Evaluarea globală in practica kinetoprofilaxiei: statica, postura, mobilitatea articulara, forța si rezistența musculara, coordonare	4
F1. LP2. Testarea capacității de efort cardio-respirator, testul scaritei, covor rulant, bicicleta ergometrica	4
F1. LP3. Programe de kinetoprofilaxie primară	6
.F1. LP4. METODE DE RELAXARE (JACOBSON, SCHULTZ)	4
F1. LP5. Stretchingul – programe pentru trunchi, membrele superioare, membrele inferioare, stretchingul specific pe grupe musculare	4
F1. LP6. Programe de kinetoprofilaxie secundară	6
BIBLIOGRAFIE OBLIGATORIE 1. Iulia-Rahela Marcu, Rodica Traistaru. Obiectivele de bază ale kinetologiei. Editura SITECH , Craiova,2020. 2. Otila Rogoveanu. Medicina Fizica si Reabilitare Medicala, Editura Medicala Universitara Craiova,2020.	
BIBLIOGRAFIE OPȚIONALĂ 3. Braddom R. Medicina Fizica si Reabilitare, Editia a IV-a, 2015	

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

- Disciplina de Kinetoprofilaxie este o disciplină fundamentală, obligatorie pentru balneo- fizio-kinetoterapeuți. - Cunoștințele, deprinderile practice și atitudinile învățate la această disciplină ofera baza de studiu pentru stabilirea diagnosticului de deficit functional, care este esențial pentru programarea obiective de etapa si alegerea mijloacelor terapeutice specifice recuperării medicale.

10. REPERE METODOLOGICE

Forme de activitate	Tehnici de predare / învățare, materiale, resurse: expunere, curs interactiv, lucru în grup, învățare prin probleme/proiecte etc.
Curs	Se folosesc urmatoarele metode combinate: prelegerea, dezbaterea, problematizarea
Lucrari practice	Se folosesc urmatoarele metode combinate: aplicații practice, studiu de caz, proiecte
Studiu individual	Înainte de fiecare curs și a fiecărei lucrari practice

11. PROGRAM DE RECUPERARE					
Recuperări absențe	Nr. absențe care se pot recupera	Locul desfășurării	Perioada	Responsabil	Programarea temelor
	3	Sala FAM / baza de reabilitare Spitalul	Ultima lună a	Indrumătorul de grupă	Lucrări practice: Cronologic, max. 1 temă/zi

		Clinic Județean de Urgență Craiova	semestrul I		Maximul absente nemotivate recuperabile: 20% Refacerea absențelor nemotivate conform regulamentului se va face în regim de taxă, al cărei quantum va fi stabilit anual de către Senat. Refacerea absențelor 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 per disciplină.
Program de consultații/ cerc științific studențesc	2 ore/săptămână /cadru didactic		Săptămâna I	Indrumătorul de grupă Seful de disciplină	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			Indrumătorul de grupă Seful de disciplină	Tema din săptămâna respectiva

12. EVALUARE

Tip de activitate	Forme de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	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; Prezența la curs: conform Regulamentului UMF din Craiova și hotărârilor Senatului UMF din Craiova	Evaluarea finală	50%
Lucrări practice	Evaluarea se va realiza în 3 etape: - testarea periodică prin teste grilă - examen practic – sala de kinetoterapie Spital Clinic Județean de Urgență Craiova - examen teoretic-test grilă; sala FMAM toate etapele sunt obligatorii -refacerea LP în condițiile prevăzute de regulamentul UMF și capitolul 11 din fișa disciplinei (studentul are	Examen practic	30%

	obligatia de a cunoaste regulamentul UMF, inclusiv nr. legal de absente care pot fi refăcute la lucrarile practice)		
Verificările periodice			10%
Evaluarea activității individuale			10%
Standard minim de performanță -Cunoasterea terminologiei anatomice -Recunoașterea elementelor anatomice care alcătuiesc corpul uman și a relațiilor dintre ele		Minimum 50% la fiecare componentă a evaluării	
Tip de activitate			
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 FAM	Îndrumătorul de grupă și șeful de disciplină

Data avizării în departament: 18 septembrie 2025

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

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

**Titular disciplină,
Sef de lucrări dr. Marcu Iulia-
Rahela**