



**UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" GALAȚI**  
**FACULTATEA DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT**  
**Departamentul de Sporturi Individuale si Kinetoterapie**

Str. Gării nr. 63-65, 800003  
 Telefon: 0336 130 171  
 E-mail: secretar.efs @ugal.ro

**FIȘA DISCIPLINEI**

**1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea "Dunărea de Jos" din Galați
1.2 Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/
1.3 Departamentul	SPORTURI INDIVIDUALE SI KINETOTERAPIE
1.4 Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
1.5 Ciclul de studii	CICLUL I / LICENȚA
1.6 Programul de studii/Calificarea	<b>Kinetoterapie și motricitate specială /Ocupații specifice:</b> kinetoterapeut (222905), profesor de cultură fizică medicală (222904), asistent de cercetare în educație fizică și sport (255902). <b>Ocupații posibile:</b> conducător de întreprindere mică - patron (girant) învățământ, sănătate, sport, turism, informatică (131901), ofițer control doping (244605), corespondent de presă (245106), corespondent radio (245105), redactor (245113). <b>Noi ocupații propuse pentru a fi incluse în COR:</b> profesor kinetoterapeut, ergoterapeut (cu studii superioare de specialitate), educator în unități de handicapați (cu studii superioare de specialitate), instructor - educator în unități de handicapați (cu studii superioare de specialitate), asistent de cercetare în kinetoterapie, coordonator complex de recuperare.

**2. Date despre disciplină**

2.1 Denumirea disciplinei	Educație pentru sănătate și prim ajutor						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Codreanu Corneliu Mircea						
2.3 Titularul activităților de seminar	Asistent univ. dr. Iordan Daniel - Andrei						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	Examen	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					3
Examinări					5
Alte activități.....					-
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	83				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	125				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	5				

<b>Competențe generale</b> (competențele generale sunt menționate în fișa specializării)	
<b>Competențe specifice disciplinei</b>	<p><b>1. Competențe profesionale</b></p> <p>C1. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială).</p> <p>C2. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic .</p>
	<p><b>2. Competențe transversale</b></p> <p>Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.</p>
	<p><b>3. Atitudinale</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Formarea unor atitudini normale de lucru privind studiul în cadrul disciplinei</li> <li>- Participarea proprie, activă la manifestările științifice în domeniu</li> <li>- Valorificarea optimă și creativă a potențialului propriu în activitățile colective</li> <li>- Utilizarea cunoștințelor prin schimburi de experiențe</li> <li>- Dezvoltarea profesională proprie</li> </ul>

<b>Conținutul disciplinei</b>		
	<b>Tematică curs</b>	<b>Tematică seminarii</b>
<b>Tematică generală</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prim ajutor - definiție, obiectivele, sarcinile și scopul disciplinei. Măsurarea parametrilor fiziologici.</li> <li>- Ingrijirea plagilor. Evaluarea plagilor. Tipuri de infasare.</li> <li>- Entorse și luxații.</li> <li>- Hemoragia și hemostaza.</li> <li>- Resuscitarea cardio-respiratorie, manevra Heimlich.</li> <li>- Transportul accidentaților.</li> <li>- Arsuri, intoxicații, hipotermia - definiție, măsuri de prim ajutor.</li> <li>- Educația pentru sănătate - definiție, generalități, obiective.</li> <li>- Educația pentru sănătate din perspectiva drepturilor omului.</li> <li>- Dimensiunile igienei în educația pentru sănătate.</li> <li>- Diferențe de gen în atitudinea față de exercițiul fizic.</li> <li>- Educația pentru sănătatea mediului și a modului de viață.</li> <li>- Adaptarea digestiei la efort și alimentația sportivului.</li> <li>- Mecanismele termoreglării și adaptarea termoreglării la efort.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Prim ajutor – măsurarea parametrilor fiziologici.</li> <li>- Evaluarea plagilor. Tipuri de infasare.</li> <li>- Primul ajutor în sindroamele care pot duce la stop cardiorespirator</li> <li>- Resuscitarea cardio-respiratorie, manevra Heimlich.</li> <li>- Transportul pacienților accidentați.</li> <li>- Măsuri de prim ajutor în arsuri, intoxicații și hipotermie.</li> <li>- Educația pentru sănătate - definiție, generalități, obiective.</li> <li>- Educația pentru sănătate - definiție, generalități, obiective.</li> <li>- Educația pentru sănătate din perspectiva drepturilor omului.</li> <li>- Dimensiunile igienei în educația pentru sănătate.</li> <li>- Diferențe de gen în atitudinea față de exercițiul fizic.</li> <li>- Educația pentru un mod de viață sănătos și sănătatea mediului.</li> <li>- Adaptarea digestiei la efort și alimentația sportivului.</li> <li>- Adaptarea termoreglării la efort și mecanismele acestuia.-4h</li> </ul>

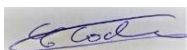
<b>Bibliografie obligatorie selectivă</b>	1. Balint Nela Tatiana, Cristuta Alina Mihaela, Educatie pentru sanatate si prim ajutor-curs pentru studenti, Bacau. 2. Drăgan I., Medicină sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1982 3. Drăgan I., Pop T., Medicina nucleară în practica sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1977 4. Drosescu Paula, Igiena și Controlul medical în sport, Ed. Tehnopress, Iași, 2005 5. Hagi Bogdan-Alexandru, Fiziologia si ergofiziologia activitatilor fizice, Iasi, Editura Universitatii "Al. I. Cuza", 2014.
---	---

La stabilirea notei finale se iau în considerare	Ponderea exprimată în % {total = 100%}
• Media notelor acordate la seminar / lucrări practice	5 %
• Notele obținute la testele periodice sau parțiale	10%
• Nota acordată pentru frecvența și conduita la activități	5%
• Notele acordate pentru temele de casă, referate, eseuri, traduceri, studii de caz ...	5%
• Notele acordate pentru participarea la cercuri științifice și/sau la concursuri profesionale	-
• Nota acordată la examinarea finală	75%
• Alte note	-
<b>Cerințe minime de promovare (pentru nota 5) :</b> -promovarea testului de verificare a cunostintelor teoretice din timpul semestrului -prezența la lucrarile practice (in proportie de 80%) (fizic sau online) -refacerea obligatorie a absentelor -insusirea terminologiei de specialitate si utilizarea ei in context in mod adecvat	<b>Cerințe maxime de promovare (pentru nota 10) :</b> - promovarea testului de verificare a cunostintelor teoretice din timpul semestrului - prezenta la lucrarile practice (in proportie de 80%) - refacerea obligatorie a absentelor - insusirea terminologiei de specialitate si utilizarea ei in context in mod adecvat

Data întocmirii: 21.09.2021

Titular curs: Lector universitar dr. Codreanu Corneliu Mircea

Semnătura:



Titular seminarii: Asistent universitar drd. Iordan Daniel-Andrei

Semnătura:



Director departament / Șef catedră

Prof. univ. dr. Nanu Liliana

