



UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" GALAȚI
 FACULTATEA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
 LICENȚA /KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALA
 Adresa: Str. Gării nr. 63-65. Galați
 Nr. telefon / fax: 0236-413230
 E-mail: secretariat.efs@ugal.ro

ANEXA nr. 3 la metodologie

FIȘA DISCIPLINEI
Metode și tehnici de reeducare neuromotorie /0602.30B07U

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 ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ
1.5 Ciclul de studii	Ciclul I / LICENȚA
1.6 Programul de studii/Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială /Ocupații specifice: kinetoterapeut (222905), profesor de cultură fizică medicală (222904), asistent de cercetare în educație fizică și sport (255902). Ocupații posibile: 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). Noi ocupații propuse pentru a fi incluse în COR: 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	Metode și tehnici de reeducare neuromotorie / 0602.30B07U						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. Dr. Costin Dan Eugen						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Dr. Costin Dan Eugen						
2.4 Anul de studiu	3	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	V	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					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate , portofolii și eseuri					12
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități.....					
3.7 Total ore studiu individual	58				
3.9 Total ore pe semestru	100				
3.10 Numărul de credite	4				

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	- Sală de curs dotată cu videoproiector.
-----------------------	--



UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" GALAȚI
 FACULTATEA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
 LICENȚA /KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALA
 Adresa: Str. Gării nr. 63-65. Galați
 Nr. telefon / fax: 0236-413230
 E-mail: secretariat.efs@ugal.ro

cursului	
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de seminarii/laborator cu dotarea materială aferentă Pentru lucrări practice asigurarea condițiilor minime de desfășurare a activităților specifice disciplinei vizate: stare de sanatate corespunzătoare a celor implicați, sală de pregătire fizică/fitness, existența instalațiilor și a echipamentului sportiv adecvat, cunoașterea și respectarea regulamentului vizând protecția muncii.

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C4. Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. -1 crd C4.1. Analiza teoriilor care fundamentează strategiile kinetoterapeutice și modalitățile de aplicare a programelor de intervenție kinetoterapeutică. C4.5. Realizarea unor programe de intervenție kinetoterapeutică adaptate nevoilor clienților și situațiilor concrete de aplicare.</p> <p>C6 Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului – 1 crd C6.1. Adaptarea structurii grupului de subiecți la cerințele, mijloacele și standardele specifice kinetoterapiei.</p>
Competențe transversale	<p>CT1. Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie. -1 crd CT3 Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală. -1crd</p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	- Dobândirea de cunoștințe teoretice și deprinderi practice privind metodele și tehnicile de tonifiere musculară, indispensabile viitorilor kinetoterapeuți.
7.2 Obiectivele specifice	<p>Cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Dobândirea de cunoștințe teoretice și deprinderi practice indispensabile viitorilor kinetoterapeuți. ▪ Cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei Metode și tehnici de tonifiere musculară ▪ Cunoștințe teoretice: - Metode și tehnici de tonifiere musculară terminologie, istoric ▪ Însușirea cunoștințelor necesare evaluării din punct de vedere biomecanic a pacientului și stabilirea nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. ▪ Însușirea cunoștințelor necesare pentru realizarea unui protocol de kinetoterapie, în scop profilactic sau terapeutic. ▪ Deprinderea cu mijloacele și metodele specifice kinetoterapiei. ▪ Însușirea corectă a complexelor de exerciții specifice cu scop profilactic și terapeutic. ▪ Însușirea unor cunoștințe legate de efortul aerob-anaerob specific. ▪ Însușirea cunoștințelor specifice de artrologie, miologie și biomecanică.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
----------	-------------------	------------



UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" GALAȚI
 FACULTATEA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
 LICENȚA /KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALA
 Adresa: Str. Gării nr. 63-65. Galați
 Nr. telefon / fax: 0236-413230
 E-mail: secretariat.efs@ugal.ro

1. Introducere în disciplina de studiu: terminologie, istoric	Curs interactiv	
2. Sistemul muscular. Proprietăți ale mușchiului. Compoziție biochimică	Curs interactiv	
3. Definierea pozițiilor, planurilor și a mișcărilor segmentelor și corpului uman	Curs interactiv	
4. Structura fibrei musculare	Curs interactiv	
5. Resursele energetice și relația cu efortul muscular	Curs interactiv	
6. Tipuri de contracție musculară	Curs interactiv	
7. Tipuri de mușchi implicați în actul motric	Curs interactiv	
8. Contracția musculară	Curs interactiv	
9. Biomecanica articulației gâtului	Curs interactiv	
10. Biomecanica membrului superior	Curs interactiv	
11. Biomecanică trunchiului	Curs interactiv	
12. Biomecanica membrului inferior	Curs interactiv	
13. Tipuri de exerciții folosite în tonifierea musculaturii – exerciții cu propria în greutate, exerciții cu greutăți libere și la aparate	Curs interactiv	
14. Recuperarea musculară după diverse accidente	Curs interactiv	
Bibliografie		
1. BACIU, C. <i>Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor (cu aplicații la educația fizică)</i> , Editura Sport – Turism, București, 1977.		
2. BRÎNZANIUC, K., <i>Sistemul musculo – scheletal – Noțiuni de anatomie funcțională, biomecanică cu aplicații medico – sportive</i> , Editura University Press, Tg. Mureș, 2006.		
3. BUDESCU E. , IACOB I., <i>Bazele biomecanicii în sport</i> , Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza” , Iași, 2005.		
4. CALAIS-GERMAIN, Blandine, <i>Anatomie pentru mișcare. Introducere în analiza tehnicilor corporale</i> , Editura Polirom, Iași, 2009.		
5. IFRIM, M., <i>Antropologie motrică</i> , Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1996.		
6. ILIEASCU, A. <i>Biomecanica exercițiilor fizice</i> , Editura Sport-Turism, București, 1975.		
7. ILIESCU, A., IFRIM, M., <i>Anatomia și biomecanica educației fizice și sportului</i> , Editura Didactică și Pedagogică, București, 1978.		
8. NIȚESCU, V., <i>Anatomie Funcțională – Biomecanica și antropologia aparatului locomotor</i> , Editura Didactică și Pedagogică, București 1995.		
9. PAPILIAN, V., <i>Anatomia omului</i> , voll – <i>Aparatul locomotor</i> , Editura Didactică și pedagogică, București, 1982.		
10. POP N. H., ZAMORA E. <i>Creșterea volumului și forței musculare – elemente teoretice, practice și metodice</i> . Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2007.		
11. SBENGHE T., <i>Kinesiologie –Știința mișcării.</i> , Editura Medicală, București, (2005).		
12. ZAMORA E., KORY MERCEA M., CRĂCIUN, D. D., <i>Anatomie funcțională – vol. I și II</i> , Editura Risoprint. Cluj-Napoca, 2000.		
8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Rolul sistemului muscular al organismului	Explicatie Conversatia euristica, Instructaj	2 ore
Poziții, planurile și axele mișcărilor	Explicație, demonstrație	2 ore
Tipuri de exerciții folosite în tonifiere	Explicație, demonstrație	1 ore
Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii gâtului	Explicație, demonstrație	1 ore
Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii membrului superior. Umăr, brat, antebraț, mână	Explicație, demonstrație	1 ore
Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii peretelui anterior al toracelui și abdomenului	Explicație, demonstrație	1 ore
Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii spatelui	Explicație, demonstrație	1 ore
Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii bazinului	Explicație, demonstrație	1 ore



UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" GALAȚI
 FACULTATEA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
 LICENȚA /KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALA
 Adresa: Str. Gării nr. 63-65. Galați
 Nr. telefon / fax: 0236-413230
 E-mail: secretariat.efs@ugal.ro

Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii coapsei: partea anterioară, partea posterioară	Explicație, demonstrație	1 ore
Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii gambei	Explicație, demonstrație	1 ore
Metode și tehnici de tonifiere a musculaturii labei piciorului	Explicație, demonstrație	1 ore
Programe de tonifiere musculară cu greutate libere și la aparate în funcție de tipul de traumatism suferit	Explicație, demonstrație	1 ore

Bibliografie

1. BACIU, C. *Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor (cu aplicații la educația fizică)*, Editura Sport – Turism, București, 1977.
2. BRÎNZANIUC, K., *Sistemul musculo – scheletal – Noțiuni de anatomie funcțională, biomecanică cu aplicații medico – sportive*, Editura University Press, Tg. Mureș, 2006.
3. BUDESCU E. , IACOB I., *Bazele biomecanicii în sport*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza” , Iași, 2005.
4. CALAIS-GERMAIN, Blandine, *Anatomie pentru mișcare. Introducere în analiza tehnicilor corporale*, Editura Polirom, Iași, 2009.
5. IFRIM, M., *Antropologie motrică*, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1996.
6. ILIEASCU, A. *Biomecanica exercițiilor fizice*, Editura Sport-Turism, București, 1975.
7. ILIESCU, A., IFRIM, M., *Anatomia și biomecanica educației fizice și sportului*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1978.
8. NIȚESCU, V., *Anatomie Funcțională – Biomecanica și antropologia aparatului locomotor*, Editura Didactică și Pedagogică, București 1995.
9. PAPILIAN, V., *Anatomia omului*, volII – *Aparatul locomotor*, Editura Didactică și pedagogică, București, 1982.
10. POP N. H., ZAMORA E. *Creșterea volumului și forței musculare – elemente teoretice, practice și metodice*. Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2007.
11. SBENGHE T., *Kinesiologie –Știința mișcării.*, Editura Medicală, București, (2005).
12. ZAMORA E., KORY MERCEA M., CRĂCIUN, D. D., *Anatomie funcțională – vol. I și II*, Editura Risoprint. Cluj-Napoca, 2000.

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

Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor respectând cerințele legilor în vigoare.
 Efectele parcurgerii disciplinei se reflectă în: formarea unor obișnuințe de lucru organizat, formarea atitudinii de asumare a responsabilitatii si manifestarea initiativei, prin creșterea capacității generale de efort și îmbunătățirea randamentului în orice tip de activitate, prin educarea perseverenței de a depași diferite bariere de ordin fizic sau mental in conditii variate de lucru si mediu.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	-promovarea testului de verificare a cunostintelor teoretice din timpul semestrului -prezenta la lucrarile practice (in proportie de 80%)	- proba scrisa consta intr-un test grila cu 20 de intrebari. - Timpul alocat pentru raspunsuri este de 60 de min.	70%
10.5 Seminar/laborator	-prezenta la lucrarile practice (in proportie de 80%)	- proba practica consta in o proba de aplicatii practice a cunostintelor acumulate.	30%
10.6 Standard minim de performanță			



UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" GALAȚI
FACULTATEA EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
LICENȚA /KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ
Adresa: Str. Gării nr. 63-65. Galați
Nr. telefon / fax: 0236-413230
E-mail: secretariat.efs@ugal.ro

- 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 completării
1.10.2021

Semnătura titularului de curs
Lect. dr. Costin Dan Eugen

Semnătura titularului de seminar
Lect. dr. Costin Dan Eugen

Data avizării în catedră
10.10.2021

Semnătura Directorului de Departament
Prof.univ.dr. Nanu Liliana