

## 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 ȘI 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	Înot și hidrokinetoterapie						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. Ioan Oneț						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf.univ.dr. Ioan Oneț						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	II	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	4	din care: 2 curs	2	2 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 28 curs	28	28 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					40
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					10
Alte activități (consultații, participări competiții studențești, pregătire examinare finală, interes)					4
3.7 Total ore studiu individual	94				
3.9 Total ore pe semestru	150				
3.10 Numărul de credite	6				

## 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	• Implementarea cunoștințelor teoretice și practice în contextul participării active la întregirea competențelor propuse.

## 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	• Sală de curs cu videoproiector, calculator, platforma online.
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Aplicarea design-ului instrucțional la cerințele unui învățământ național și european

## 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<p><b>C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire/învățare, cu accent interdisciplinar :</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Argumentarea, interpretarea și operarea cu concepte privind omul, sistem bio-psiho-social hipercomplex, precum și aplicarea metodologiei generale de organizare și desfășurare a procesului instructiv-educativ specific activităților de hidrokinetoterapie.</li> <li>- Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice hidrokinetoterapiei, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specific .</li> <li>- Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de hidrokinetoterapie corespunzătoare programului de studiu.</li> <li>- Identificarea modelelor și implementarea acestora în procesul de predare-învățare pe baza definirii și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor.</li> </ul> <p><b>C4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice hidrokinetoterapiei, pe grupe de deficiențe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Abordarea procesuală a motricității specifice, prin folosirea legilor creșterii și dezvoltării fizice privind optimizarea capacității biomotrice.</li> <li>- Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor hidrokinetoterapiei.</li> <li>- Utilizarea adecvată a conceptelor de dezvoltare, sănătate, potențial biomotric și de refacere.</li> </ul> <p><b>C6 Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului .</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Adaptarea structurii grupului de practicanți ai hidrokinetoterapiei la cerințele, mijloacele și standardele specifice disciplinei.</li> <li>- Folosirea principiilor consacrate pentru elaborarea unui proiect de optimizare a activității în mediul educațional specific și în afara lui.</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<p><b>CT1.</b> Organizarea activității de hidrokinetoterapie pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională.</p> <p><b>CT2.</b> Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților hidrokinetoterapeutice.</p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Dobândirea unor noțiuni teoretice și practice legate de hidrokinetoterapie în procesul de pregătire.</li> <li>- Formarea de comportamente pentru pregătirea umană cu implicații în profilaxia pericolelor contemporane ale sănătății: stresul și anxietatea, sedentarismul și obezitatea, boli, accidente și refacerea, internetul și cartea, mișcarea și nutriția.</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cunoașterea domeniului – a noțiunilor fundamentale și de formare a capacităților de a organiza și conduce activități educativ-recreative pe tot timpul vieții, instrument de menținere și dezvoltare a sănătății individului.</li> <li>- Acțiuni specifice : practice, exprimări recreative : artistice moderne (aerobic, euritmie, artă, turism rural etc), sporturi extreme, dar și pentru păstrarea unor tradiții (serbări și diferite festivități) specifice comunităților.</li> </ul>

### 8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
Obiectivele generale ale HKT. Influențele înotului asupra organismului – 4h	prelegerea, conversația euristică, explicația, comunicare vizuală, studiul de caz, problematizarea, simularea de situații,	dezvoltarea capacității creative și de analiză prin utilizarea tehnologiei moderne de predare
Efectele apei în HKT. Exerciții specifice folosite în HKT. – 4h		
Baza materială folosită în HKT. Bazine și aparate necesare. – 4h		
Indicații și contraindicații în folosirea exercițiilor specifice hidrokinetoterapiei. – 4h		
Organizarea și desfășurarea activității de hidrokinetoterapie în		

centrele special construite. – 4h	metode de dezvoltare a gândirii critice, documentarea.	
Pozițiile și stabilitatea pacienților pentru cura de HKT. Factorii de influență ai exercițiilor acvatice. – 4h		
Bibliografie: 1.Albu Constantin, Adriana Albu, Tiberiu Leonard Vlad și Ioan Iacob - <i>Psihomotricitatea: metodologia educării și reeducării psihomotrice</i> , Editura Institutul European,Iasi.(2006); 2. Cordun, M- <i>Kinetologie medicală</i> , Editura AXA , București,1999 3. Pasztai Z.– <i>Hidro, termo, balneo, climato kinetoterapia</i> , Editura Universității din Oradea,2011. 4.Penția D. - <i>Înotul , activitate sanogenă</i> . Ed. Tinișoara, 1995 5.Sbenghe, T. - <i>Kinesiologie - știința mișcării</i> , Editura Medicală, București.2002. 6.Stan, Z - <i>Activități motrice adaptate</i> , Editura ZIGOTTO, Galați,2015		
8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Însușirea cunoștințelor și deprinderilor specifice activității de HKT - 14h	descrierea, explicația, demonstrația, conversația	
Învățarea și perfecționarea principalelor proceduri în refacerea unor atitudini și deficiențe motrice, în refacerea în urma unor boli, a unor accidente, etc. – 14h		
Bibliografie: 1.Oprișescu I. - <i>Înotul</i> , Ed. Stadion, 1973. 3.Penția D. - <i>Înotul , activitate sanogenă</i> . Ed. Tinișoara, 1995. 4.Oneț I. - <i>Înotul, sportul tuturor vîrstelor</i> , Ed.Fundației Universității “Dunărea de Jos”, Galați2014.		

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

### 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Nivelul cunoștințelor teoretice, verificare online	Examinare finală (scris, oral, pe bază de referate) platformă online	70%
10.5 Seminar/laborator	Calitatea elementelor însușite, raportate la prevederile fișei disciplinei	Testări sumative, referate pe parcursul semestrului ,toate on line	30%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Cerințe minime de promovare:</li> <li>• Referate (3), abordări curriculare – implementarea unor teme care să aibă conținut și finalitate din domeniul studiat și cercetat.</li> <li>• Frecvența orelor de curs și seminar on line să acopere minim 60% din încărcătura alocată disciplinei, iar conduita la activități să fie de un nivel academic corespunzător.</li> <li>• Studenții care își valorifică activitatea prin publicarea unor articole în reviste de specialitate vor fi punctați în plus la nota finală.</li> </ul>			

Data completării  
11 septembrie 2021

Semnătura titularului de curs



Semnătura titularului de seminar



Data avizării în catedră

11 septembrie 2021

Semnătura șefului catedrei,  
Prof. dr. Nanu Liliana



