ANEXA nr. 3 la metodologie

FIŞA DISCIPLINEI

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Date despre program** | |
| 1.1 Instituţia de învăţământ superior | Universitatea „Dunărea de Jos” din Galaţi |
| 1.2 Facultatea | Transfrontaliera |
| 1.3 Departamentul | Ştiinte Generale |
| 1.4 Domeniul de studii | Ştiinţele sportului şi educaţiei fizice |
| 1.5 Ciclul de studii | Master |
| 1.6 Programul de studii/Calificarea | Kinetoterapie la domiciliu (cu școlarizare la Chișinău) |

1. **Date despre disciplină**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2.1 Denumirea disciplinei | | | **Masoterapie** | | | | | | |
| 2.2 Titularul activităţilor de curs | | | |  | | | | | |
| 2.3 Titularul activităţilor de seminar | | | |  | | | | | |
| 2.4 Anul de studiu | 1 | 2.5 Semestrul | | | II | 2.6 Tipul de evaluare | E | 2.7 Regimul disciplinei | OB |

1. **Timpul total estimat** (ore pe semestru al activităţilor didactice)

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | | 2 | | din care: 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar/laborator | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învăţământ | | 28 | | din care: 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar/laborator | 14 |
| Distribuţia fondului de timp | | | | | | |  |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | | | 40 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren | | | | | | | 40 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri | | | | | | | 20 |
| Tutoriat | | | | | | | 10 |
| Examinări | | | | | | | 5 |
| Alte activităţi (consultaţii, participări competiţii studenţeşti, pregătire examinare finală, interes) | | | | | | | 7 |
| **3.7 Total ore studiu individual** | 122 | |  | | | | |
| **3.9 Total ore pe semestru** | 150 | |
| **3. 10 Numărul de credite** | 7 | |

|  |  |
| --- | --- |
| **4. Precondiţii** (acolo unde este cazul) | |
| 4.1 de curriculum |  |
| 4.2 de competenţe | * Coabitarea cunoştinţelor teoretice cu cele practice din perspectiva abordării cercetării ştiinţifice ale domeniului |

**5. Condiţii** (acolo unde este cazul)

|  |  |
| --- | --- |
| 5.1. de desfăşurare a  cursului | - acces la internet, utilizare platforme MS Teams, Google, email, Whatsapp, Viber |
| 5.2. de desfășurare a  seminarului/laboratorului | - acces la internet, utilizare platforme MS Teams, Google, email, Whatsapp, Viber |

**6. Competenţele specifice acumulate**

|  |  |
| --- | --- |
| **Competenţe profesionale** | C1. Deprinderi de autocunoaștere și autoorganizare eficientă a activităților specifice desfășurate.  C2. Cunoștințe de specialitate vizând fiziologia efortului fizic pentru organismele sănătoase și/sau afectate de diverse maladii.  C3. Noțiuni de bază referitoare la etiologia, mecanismele fiziologice și anatomopatologice ale afecțiunilor organismului uman.  C4. Asimilarea noțiunilor de bază referitoare la examinarea bolnavilor și evaluarea restartului funcțional, necesare elaborării programelor de recuperare și refacere.  C5. Noțiuni de bază referitoare la întocmirea corectă a programelor kinetice de recuperare. C6. Capacitarea cu metodele și tehnicile specifice kinetoterapiei la domiciliu. |
| **Competenţe transversale** | CT1 Organizarea de activităţi aferente kinetoterapiei la domiciliu, pentru persoane de diferite vârste, afecțiuni variate şi niveluri eterogene de pregătire, cu respectarea regulilor specifice de etică şi deontologie profesională CT3 Capacitarea cu noutățile legate de tehnologia informației, identificarea carențelor și a punctelor forte din pregătirea profesională, creșterea abilităților lingvistice pe plan internațional. |

**7. Obiectivele disciplinei** (reieşind din grila competenţelor specifice acumulate)

|  |  |
| --- | --- |
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | * C1.1 Definirea termenilor de specialitate și eșalonarea unor obiective personale clar urmărite pe parcursul activităților de întreținere și recuperare. * C1.2 Utilizarea cunoştinţelor privind evaluarea capacităţilor psiho – somato   - funcţionale ale celor incluși în programele de recuperare.   * C1.3 Rezolvarea rapidă și eficientă a unor probleme variate și inerente, în condiții de stres. * C2.1 Adaptarea limbajului de specialitate la capacitatea de înțelegere a grupelor de lucru, pentru a facilita procesul de comunicare. * C2.2 Aplicarea cunoștințelor referitoare la fiziologia efortului fizic, diferitelor particularități și probleme medicale ale celor incluși în programele kinetice. * C3.1 Capacitarea cu noțiuni vizând cauzele diferitelor patologii, care reclamă în procesul de recuperare utilizarea programelor specifice kinetoterapiei la domiciliu. * C4.2 Compararea datelor recoltate cu cele furnizate de activitatea teoretică și identificarea variantelor optime de acțiune, necesare în procesul de recuperare. * C4.5 Colaborarea în procesul de recuperare și cu alți specialiști din domeniu sau din domenii conexe, pentru a avea o abordare holistică a acestui demers. * C5.1 Identificarea mijloacelor de bază și a liniilor metodice elementare, utilizate în procesul de recuperare a diverselor afecțiuni.   + C6.1 Adaptarea tehnicilor specifice de lucru, în concordanță cu posibilitățile și nevoile individuale ale beneficiarilor. |
| 7.2 Obiectivele specifice | * C1.4 Analizarea pertinentă a tuturor datelor care influențează aplicarea cu succes a diferitelor programe kinetice. * C1.5 Respectarea normelor etice care reglementează activitățile de cercetare/ recuperare și întreținere fizică, a limitelor și interdicțiilor impuse de acestea * C2.3 Modificarea creativă a programelor de lucru și a intensității eforturilor planificate, în concordanță cu particularitățile individuale și cu răspunsul subiecților la stimulii planificați. * C2.5 Includerea în programele de recuperare a exercițiilor și metodelor noi, care asigură accelerarea realizării obiectivelor planificate * C3.2 Analiza variabilității procesului de recuperare la diferiți pacienți, cu aceleași simptome și patologii, ce necesită abordări diferențiate. |

|  |  |
| --- | --- |
|  | * C3.3 Valorificarea datelor rezultate din activitatea teoretică și practică, în contexte variate, generate de gravitatea afecțiunii și variabilitatea procesului de recuperare. * C3.4 Utilizarea tehnicilor şi metodelor de apreciere a rezultatelor, înainte, în timpul și la finalul activităților de recuperare a pacienților, în vederea menținerii sau modificării programului de lucru. * C3.5 Conceperea unor planuri de recuperare sau de întreținere fizică, diferențiat, pe diferite afecțiuni, gravitate, categorii de vârstă, limitări legate de efortul fizic etc * C4.1 Cunoașterea bateriilor de teste funcționale și date individuale, care furnizează informații definitorii referitoare la deficitele celor investigați și la gravitatea acestora * C4.3 Utilizarea evaluărilor curente, ca variantă eficientă de identificare a calității programelor de lucru implementate în recuperare. * C5.3 Testarea și identificarea unor noi categorii de mijloace utilizate în procesul de recuperare, adaptarea acestora la necesitățile fiecărui caz în parte. * C5.4 Evaluarea continuă a programelor de lucru propuse, pentru identificarea carențelor acestora și optimizarea lor cu noi elemente de conținut. * C5.5 Identificarea altor variante de programe vizând tratarea unor patologii clasice, incluzând noutățile furnizate de activitatea de cercetare științifică în domeniu. * C6.2 Diversificarea și modificarea programelor kinetice, în funcție de problematica abordată și de reacția pacienților tratați la eforturile și exercițiile planificate. * C6.3 Selectarea celor mai eficiente programe kinetice și adaptarea lor în vederea accelerării proceselor de refacere pe plan motric și funcțional. * C6.4 Identificarea și sintetizarea criteriilor care constituie indicatori relevanți ai progresului și recuperării, conform obiectivelor planificate.   + C6.5 Combinarea creativă a mijloacelor utilizate și încercarea unor metode   noi de lucru, cu efecte benefice asupra stării de sănătate a celor incluși în programele de kinetoterapie la domiciliu. |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **8. Conţinuturi** | | |
| 8. 1 Curs | Metode de predare | Observaţii |
| Definiţie. Istoric. Actualităţi. Tendinţe Clasificarea formelor de masaj | prelegerea,  conversaţia euristică, explicaţia, comunicare vizuală, studiul de caz, problematizarea, simularea de situaţii, metode de dezvoltare a gândirii critice, documentarea. | Cunoaşterea influenţei practicării activităţilor motrice şi a aplicabilităţii lor la persoane cu nevoi speciale, adulţi cu nevoi speciale şi vârstnici;  Îndepărtarea/ameliorarea cât mai mult posibil a stării marginalizare a unui individ în vederea  restabilirii capacităţii  acestuia de a trăi într-o manieră integrată pe plan fizic, psihic şi social. |
| Scurtă prezentare a unor forme de masaj |
| Condiţii materiale şi reguli pentru practicarea masajului-drenaj  limfatic |
| Notiuni de deontologie. |
| Aptitudinile masorului şi pregătirea acestuia |
| Drenajul Limfatic |
| Anatomia sistemului limfatic- Structuri anatomice |
| Efectele locale si generale ale masajului limfatic  Clasificarea manevrelor de masaj |
| Descrierea manevrelor / Masajul pe regiuni  Indicatiile **si** contraindicatiile drenajului limfatic si influentele masajului Durata sedintelor |
| Masajul Reflexogen (Reflexoterapia |
| Psihiatrie, psihoterapie şi masaj |
| Masajul reflexogen, scheme reflxe si tehnici de tratament |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Aplicatiile masajului si terapia durerii |  |  |
| Masajul si terapiile complementare |
| Bibliografie:   1. Hartman, C., Masaj. Presopunctură. Reflexoterapie. Ed. “Alex-Alex”, Bucureşti, 2001; 2. Ivan S. – Masajul pentru toti. Ed. Coresi, Bucuresti.2001. 3. Kunz, Kevin; Kunz, Barbara „The Complete Guide to Foot Reflexology”, Reflexology Research Project, 1993 4. Lindell L.,Thomas, S., Masajul – ghid practic de tehnici orientale şi occidentale, Ed. Pro Editura şi Tipografie, Bucureşti, 2002; 5. Mârza, D., Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău, 2002; 6. Mârza, D., Metode speciale de masaj, Ed. Plumb, Bacău, 1998; 7. Moody R., ”Milady's Guide to Lymph Drainage Massage”; Delmar/Cengage; 2004; 8. Mircea I.E, Ocatvian S.A,Masaj si tehnici complementare de masaj,Ed Fundatiei Universitare Galati 2014 9. Nils, P., Reflexologia şi terapia prin culoare, Ed. Teora, Bucureşti, 1998; 10. Sidenco L., Masajul în Kinetoterapie, Ed. Fundaţia România de Mâine”, Bucureşti, 2003; | | |
| 8. 2 Seminar/laborator | Metode de predare | Observaţii |
| Masajul in profilaxia si combaterea oboselii musculare  fiziologice Masajul in forme patologice de oboseala | descrierea, explicaţia,  demonstraţia, conversaţia |  |
| Aplicatiile masajului in cele mai frecvente accidente din  activitatea sportiva |
| Drenajul manual al ganglionilor limfatici  Drenajul capului,gatului si fetei |
| Drenajul limfatic al membrului superior Drenajul limfatic al membrelor inferioare |
| Drenajul limfatic al peretelui toracic si al sanului Drenajul  limfatic al peretelui abdominal |
| Masajul la patul bolnavului. Masajul pacientului cardiac |
| Masajul pacientului cu afecţiuni neuromotorii Masajul în  deficienţele fizice |
| Bibliografie:   1. Mârza, D., Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău, 2002; 2. Mârza, D., Metode speciale de masaj, Ed. Plumb, Bacău, 1998; 3. Moody R., ”Milady's Guide to Lymph Drainage Massage”; Delmar/Cengage; 2004; 4. Mircea I.E, Ocatvian S.A,Masaj si tehnici complementare de masaj,Ed Fundatiei Universitare Galati 2014, 5. Sidenco L., Masajul în Kinetoterapie, Ed. Fundaţia România de Mâine”, Bucureşti, 2003; | | |

|  |
| --- |
| **9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor**  **profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului** |
| * Efectele parcurgerii disciplinei se reflectă în: formarea unor obişnuinţe de lucru organizat, creşterea capacităţii generale de efort intelectual şi îmbunătăţirea randamentului în acest tip de activitate, realizarea unei viziuni de ansamblu mult imbunătăţite asupra activităţilor conexe domeniului motricităţii umane, acţionarea pe baze   ştiinţifice în vederea ameliorării propriei dezvoltări fizice şi capacităţi motrice, planificarea optimă a  mijloacelor cunoscute în vederea realizării unor obiective diversificate în concordanţă cu grupele de lucru şi vărsta, priorităţile şi interesele celor instruiţi, transferarea noţiunilor fundamentale achiziţionate in cadrul specializărilor ulterioare |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10. Evaluare** | | | |
| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere  din nota finală |
| 10.4 Curs/on line  Microsoft Teams | - participare activă la curs | Examinare scrisa  Microsoft Teams | 80% |
| 10.5  Seminar/laborator/on line Microsoft Teams | - participare activă şi integrală la lucrările | Referat +teste grilă pe parcursul semestrului Microsoft Teams | 20% |
| 10.6 Standard minim de performanţă | | | |

* Nota 5

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Data completării: | Semnătura titularului de curs | Semnătura titularului de seminar |
|  |  |  |
| Data avizării în departament | Semnătura directorului de departament | |
|  |  | |