FIŞA DISCIPLINEI

|  |
| --- |
| **1. Date despre program** |
| 1.1 Instituţia de învăţământ superior | Universitatea „Dunărea de Jos” din Galaţi |
| 1.2 Facultatea  | Transfrontalierǎ |
| 1.3 Departamentul  | Stiințe aplicate |
| 1.4 Domeniul de studii | Kinetoterapie  |
| 1.5 Ciclul de studii | Licență  |
| 1.6 Programul de studii/Calificarea | Kinetoterapie și motricitate specială (la Chișinău) |

1. **Date despre disciplină**

|  |  |
| --- | --- |
| 2.1 Denumirea disciplinei |  Educație pentru sănătate și prim ajutor medical |
| 2.2 Titularul activităţilor de curs |  |
| 2.3 Titularul activităţilor de seminar |  |
| 2.4 Anul de studiu | 1 | 2.5 Semestrul | I | 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 | 3 | din care: 3.2 curs | 2 | 3.3 seminar/laborator | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învăţământ | 42 | din care: 3.5 curs | 28 | 3.6 seminar/laborator | 14 |
| Distribuţia fondului de timp | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | 22 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren | 22 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | 20 |
| Tutoriat | 10 |
| Examinări | 6 |
| Alte activităţi (consultații, examinare finală) | 3 |
| **3.7 Total ore studiu individual** | 83 |  |
| **3.9 Total ore pe semestru** | 125 |
| **3. 10 Numărul de credite** | 5 |

1. **Precondiţii** (acolo unde este cazul)

|  |  |
| --- | --- |
| 4.1 de curriculum | * Nu este cazul
 |
| 4.2 de competenţe | * Nu este cazul
 |

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

|  |  |
| --- | --- |
| 5.1. de desfăşurare aCursului | * Acces la internet, utilizarea platformei MS Teams, Google Meet, WhatsApp, Viber, Zoom
 |
| 5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului | * Acces la internet, utilizarea platformei MS Teams, Google Meet, WhatsApp, Viber, Zoom
 |

|  |
| --- |
| **6. Competenţele specifice acumulate** |
| **Competenţe profesionale** | CP1 Competenţe curriculare privind noțiunile fundamentale minime din domeniul medical, educaţie fizică şi sport, sport adaptat, psihopedagogie specială, psihologie generală şi patologică și asistenţă socială.CP2 Evaluarea și planificarea în vederea implementării programelor de recuperare kinetoterapeutică a pacienților /beneficiarilor/sportivilor (evaluarea somato-funcțională).CP3 Programe de kinetoterapie, adresate pacienților/beneficiarilor diferenţiate prin (vârstă, gen, patologie, dizabilităţile prezente, ramura de sport practicată, nivelul socio-cultural, condiţiile materiale etc.), cu caracter profilactic (primar, secundar sau terţiar), curativ sau de recuperare în baza diagnosticului clinic. |
| **Competenţe transversale** | CT1 Conceperea, realizarea și implementarea unui program kinetoterapeutic în condiţii de autonomie și/sau cu asistenţă calificată.CT2 Capacitatea de organizare şi de lucru în echipa multidisciplinară de intervenţie.CT3 Capacitatea de însuşire de noi specializări specifice fizio-kinetoterapeutice și capacitatea de comunicare într-o limbă de circulaţie internaţională. |

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

|  |  |
| --- | --- |
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | * Realizarea unei educaţii sanitare a studenţilor şi implementarea unor noţiuni de bază de prim ajutor medical.
 |
| 7.2 Obiectivele specifice | * Însuşirea unor noţiuni de călire a organismului şi posibilităţile de prevenire a unor îmbolnăviri.
* Crearea unor deprinderi alimentare corecte în concordanţă cu necesităţile specifice activităţilor fizice.
* Dozarea efortului fizic în funcţie de posibilităţile organismului de adaptare.
* Însuşirea manevrelor de prim ajutor medical specific domeniului de activitate.
 |

|  |
| --- |
| **8. Conţinuturi** |
| 8. 1 Curs | Metode de predare | Observaţii |
|  | Definiţia, obiectivele, scopul şi sarcinile disciplinei. Igiena Alimentaţiei - 2 ore | PrelegereDezbatere | Calculator, Videoproiector |
|  | Influenţa mediului ambiant asupra creşterii, dezvoltării organismului, asupra stării de sănătate - 2 ore |
|  | Principiile alimentare – hidratarea - 2 ore |
|  | Principiile alimentare – glucidele şi proteinele - 2 ore |
|  | Principiile alimentare - lipidele şi vitaminele - 2 ore |
|  | Mecanismele de termoreglare şi călirea - 2 ore |
|  | Refacerea după efort şi suplimentarea alimentară - 2 ore |
|  | Prevenirea accidentelor specifice domeniului - 2 ore |
|  | Elemente teoretice de resuscitare cardio-respiratorie şi manevra Heimlich - 2 ore |
|  | Contuzii, plăgi şi hemoragii - 2 ore |
|  | Entorse, luxaţii şi fracturi - 2 ore |
|  | Traumatisme cranio-cerebrale: definiţie, mecanisme de producere, diagnostic, prim ajutor medical - 2 ore |
|  | Intoxicaţii şi arsuri - 2 ore |
|  | Lombalgiile de efort: definiţie, diagnostic, mod de prevenire - 2 ore |

|  |
| --- |
| Bibliografie1. Alexandrescu C., Băjenaru Georgete, Demeter A., Practica medicii sportive, Bucureşti, Editura Medicală, 1989
2. Drăgan I., Medicină sportivă, Bucureşti, Editura Sport-Turism,1982
3. Drăgan I. ,Pop T., Medicina nucleară în practica sportivă, Bucureşti, Editura Sport-Turism, 1977
4. Drosescu Paula, Igiena şi Controlul medical în sport, Ed.Tehnopress, Iaşi, 2005
5. Ulmeanu Fl.C., Medicina culturii fizice, Bucureşti, Editura Medicală, 1965
 |
| 8. 2 Seminar/laborator | Nr. ore | Metode de predare | Observaţii |
|  | Influenţa factorilor de mediu asupra organismului | 1 oră | Demonstraţie Exersare | Echipamente specifice |
|  | Oboseala acută şi refacerea după efort | 1 oră |
|  | Principii alimentare | 1 oră |
|  | Suplimentele alimentare şi susţinătoarele de efort | 1 oră |
|  | Manevre de resuscitare cardio-respiratorie | 1 oră |
|  | Manevra Heimlich | 1 oră |
|  | Bandaje, comprese şi atelări | 1 oră |
| Bibliografie1. Alexandrescu C., Băjenaru Georgete, Demeter A., Practica medicii sportive, Bucureşti, Editura Medicală, 1989
2. Diaconescu N., Rottenberg N., Niculescu M., Noţiuni de anatomie practică, Timişoara, Editura ”Facla”1979
3. Drăgan I., Medicină sportivă, Bucureşti,Editura Sport-Turism,1982
4. Drăgan I., Filtrele organismului, Bucureşti, Editura Sport-Turism,1979
5. Drăgan I. ,Pop T., Medicina nucleară în practica sportivă, Bucureşti, Editura Sport-Turism, 1977
6. Drosescu Paula, Igiena şi Controlul medical în sport, Ed.Tehnopress, Iaşi, 2005
 |

|  |
| --- |
| **9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor****profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului** |
| • Conţinutul disciplinei este coroborat cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii, a asociaţiilor profesionale şi angajatorilor (cluburi sportive şcolare, asociaţii sportive, cluburi particulare, cabinete de kinetoterapie) respectând cerinţele domeniului nostru în inserţia pe piaţa muncii şi în conformitate cu standardele comunităţii profesionale. |

|  |
| --- |
| **10. Evaluare** |
| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Ponderedin nota finală |
| 10.4 Curs | Însuşirea, cunoaşterea, prezentarea şi explicarea corectă a conceptelor şi noţiunilor specifice domeniului de activitate | Evaluare scrisă | 50 % |
| 10.5 Seminar / laborator | Verificare practică – Elaborarea, tehnoredactarea şi comunicarea de materiale documentare şi personale (referate) folosind limbajul specific | Notare curentă | 50 % |
| 10.6 Standard minim de performanţă |
| Îndeplinirea activităților de lucrări practice, promovarea evaluării finale. |

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