



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 1/16

FACULTATEA DE MEDICINĂ

PROGRAMUL DE STUDII 0915.1 FIZIOKINETOTERAPIE ȘI REABILITARE

**CATEDRA DE REABILITARE MEDICALĂ,
MEDICINĂ FIZICĂ ȘI TERAPIE MANUALĂ**

APROBAT

la ședința Comisiei de Asigurare a Calității și
Evaluării Curriculare în Medicină
Proces verbal nr. 5 din 12.02.25
Președinte dr. hab. șt. med., conf. univ.

Pădure Andrei

APROBAT

la ședința Consiliului Facultății de Medicină
Proces verbal nr. 5 din 25.02.25
Decanul Facultății, dr. hab. șt. med., conf.
univ.

Plăcintă Gheorghe

APROBAT

la ședința Catedrei de reabilitare medicală, medicină
fizică și terapie manuală
Proces verbal nr.11 din 04.02.2025

Șef catedră dr. hab. st. med., prof. univ.

Pascal Oleg

CURRICULUM

DISCIPLINA KINETOPROFILAXIE

Studii Ciclul I, Licență

Tipul cursului: **Disciplină obligatorie**

Curriculum elaborat de colectivul de autori:

Pascal Oleg dr. hab. șt. med., prof. univ.
Tăbîrță Alisa dr. șt. med., conf. univ.
Pleșca Svetlana dr. șt. med., conf. univ.
Chihai Victoria dr. șt. med., conf. univ.
Agapii Eugeniu, dr. ped., conf. univ.
Vizdoagă Anatolie dr. șt. med., asist. univ.
Savițchi Svetlana, dr. șt. ed., asist. univ.
Bulai Marina, asist. univ.
Melnic Adrian, asist. univ.
Cîrîm Mihail, asist. univ.

Chișinău, 2025



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 2/16

I. PRELIMINARI

- Prezentarea generală a disciplinei: locul și rolul disciplinei în formarea competențelor specifice ale programului de formare profesională / specialității
Kinetoprofilaxia studiază procesul de optimizare a stării de sănătate și de prevenire a îmbolnăvirii, organismului uman, cu ajutorul exercițiilor fizice. Kinetoprofilaxia, considerată ca și parte integrantă și ramură de avangardă a terapiei prin mișcare, constituită pe axioma unanim acceptată în științele medicale conform căreia „este mai ușor să previi decât să tratezi”. Obiectivul fundamental al kinetoprofilaxiei medicale este de a reduce impactul dizabilității asupra persoanelor, în perioada acută, subacută și cronică a patologiilor dobândite și congenitale, cât și aplicarea diferitor intervenții pentru profilaxia primară și secundară. Specialiștii în fiziokinetoterapie folosesc instrumente specifice de evaluare clinico-funcțională și efectuează tratamente fiziokinetoterapeutice inclusiv kinetoprofilaxia. Principiile fundamentale ale kinetoprofilaxiei ca specialitate sunt centrare pe pacient (necesități personale), lucru în echipă multidisciplinară, inițiere precoce, continuitate și individualizare a tratamentului de reabilitare. Kinetoprofilaxia poate fi practică la diferite etape de asistență medicală, inclusiv în spitale de urgență, centre/secții specializate de reabilitare, cabinete de medicină fizică în ambulatoriu, stațiuni balneare și altele.
- Misiunea curriculumului (scopul) în formarea profesională
Scopul principal vizează însușirea teoretică privind abordarea sistemică a organismului, cunoașterea componentelor, obiectivelor și principiilor de organizare a kinetoprofilaxiei, locul și rolul ei în sistemul de sănătate, competențele fiziokinetoterapeutului specialist în reabilitare.
- Limba/limbile de predare a disciplinei: română
- Beneficiari: Studenții din anul I, înscriși în cadrul programului de studii 0915.1 - Fiziokinetoterapie și Reabilitare

II. ADMINISTRAREA DISCIPLINEI

Codul disciplinei	S.02.0.016		
Denumirea disciplinei	KINETOPROFILAXIE		
Responsabil de disciplină	PASCAL Oleg dr. hab. șt. med, prof. univ.		
Anul	I	Semestrul	II
Numărul de ore total, inclusiv:			90
Curs	30	Lucrări practice	20
Seminare	10	Lucrul individual	30
Forma de evaluare	E	Numărul de credite	3



III. OBIECTIVELE DE FORMARE ÎN CADRUL DISCIPLINEI

La finele studierii disciplinei studentul va fi capabil:

- **la nivel de cunoaștere și înțelegere:**

să recunoască *Kinetoprofilaxia* ca disciplină, locul și rolul sau în reabilitarea medicală și în sistemul de sănătate;

să înțeleagă domeniile de activitate, mijlocele metodele specifice kinetoprofilaxiei;

să cunoască competențele specialistului fiziokinetoterapeut în programul de kinetoprofilaxie și interacțiunea lui cu alți specialiști din domeniu;

să cunoască conceptele de bază ale reabilitării medicale: dizabilitatea și funcționarea;

să înțeleagă abordarea holistică a pacientului în asistență de reabilitare și principiile de aplicare a modelului CIF (Clasificarea Internațională a Funcționării, Dizabilității și Sănătății);

să cunoască acțiunea mijloacelor de kinetoprofilaxie, precum și metodologia de aplicare în tratamentul de reabilitare;

să înțeleagă principiile și metodologia de evaluare clinico-funcțională a persoanelor cu diverse afecțiuni;

să cunoască principiile de elaborare a planului și programei de kinetoprofilaxie;

să înțeleagă principiu de lucru în echipă multidisciplinară;

să cunoască organizarea procesului de reabilitare medicală la diferite etape și unități de tratament (spital, centre/secții specializate de reabilitare, serviciu ambulatoriu, stațiuni balneare etc.);

să cunoască indicațiile și contraindicațiile kinetoprofilaxiei.

- **la nivel de aplicare:**

să efectueze colectarea și estimarea corectă a datelor de anamneză din perspectiva kinetoprofilaxiei;

să aprecieze statusul funcțional al pacientului și să identifice deficiențele funcționale principale pentru persoanele cu diverse afecțiuni;

să indice măsuri de kinetoprofilaxie primară și secundară;

să cunoască examinarea clinico-funcțională cu aplicarea unor scale și teste specifice;

să cunoască intervenții și metode de reabilitare pentru bolnavii cu diverse afecțiuni și dizabilități;

să aprecieze eficiența programului de kinetoprofilaxie.

- **la nivel de integrare:**

să integreze cunoștințele medicale fundamentale și clinice existente cu cunoștințele acumulate în cadrul disciplinei de kinetoprofilaxie-noțiuni de bază;

să abordeze creativ problemele medicinei fundamentale și ale medicinei integrative din cadrul kinetoprofilaxiei;

să cunoască principiile de cooperare și interacțiuni interdisciplinare ale specialității de reabilitare medicală și medicină fizică;



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 4/16

să dezvolte capacități de comunicare cu pacientul și membrii familiei, membrii echipei multidisciplinare pentru a aborda optimal diverse disfuncții sau dizabilități;
să fie apt de a-și autoevalua obiectiv cunoștințele în domeniu;
să aplice principiile de medicină narativă, reabilitare medicală și bune practici în activitatea ulterioară.

IV. CONDIȚIONĂRI ȘI EXIGENȚE PREALABILE

Pentru buna însușire a disciplinei sunt necesare cunoștințe temeinice în domeniile Biologiei, Anatomiei, Biofizicii medicale, Fiziologiei, Kinetoterapiei și Kinetologiei precum și altele. Pentru dobândirea de cunoștințe medicale și competențe profesionale este necesar ca studentul să manifeste aptitudini de comunicare, activitate în echipă, lucrul cu resurse bibliografice și mijloace informaționale.

În cadrul activităților clinice și practice studentul va demonstra comportament respectuos, grijuliu și profesionist în comunicarea cu pacienții, membrii familiei sau îngrijitor, precum și cu personalul medical.

V. TEMATICA ȘI REPARTIZAREA ORIENTATIVĂ A ORELOR

Cursuri (prelegeri), lucrări practice/ lucrări de laborator/seminare și lucru individual

Nr. d/o	TEMA	Numărul de ore		
		Prelegeri	Seminare/ Lucrări practice	Lucru individual
1.	Kinetoprofilaxia: definiție, obiect, scop, clasificare.	2	2	2
2.	Mijloacele kinetoprofilaxiei exercițiul fizic	2	2	2
3.	Teoria și metodologia exercițiului fizic	2	2	2
4.	Actul motric și activitatea motrică	2	1/1	2
5.	Tipuri de învățare și etapele dezvoltării motrice	2	1/1	2
6.	Rolul exercițiului fizic în menținerea stării de sănătate	2	/2	2
7.	Consilierea în kinetoprofilaxie	2	2	2
8.	Echipamente, aparate și instalații utilizate în kinetoprofilaxie	2	/2	2
9.	Fitness-ul - componentă de bază a kinetoprofilaxiei, testarea aparatului mio-artro-kinetic.	2	/2	2
10.	Formarea și educarea atitudinii corecte a corpului.	2	/2	2

	CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ PENTRU STUDII UNIVERSITARE	Redacția:	10
		Data:	10.04.2024
		Pag. 5/16	

11.	Kinetoprofilaxia primară și secundară a deficiențelor globale de atitudine a corpului.	2	/2	2
12.	Kinetoprofilaxia primară și secundară a copilului	2	/2	2
13.	Kinetoprofilaxia primară și secundară în perioada de maturitate	2	/2	2
14.	Kinetoprofilaxia primară și secundară la persoanele de vârstă a III-a	2	/2	2
15.	Kinetoprofilaxia prin activități sportive	2	/2	2
Total		30	10/20	30

VI. MANOPERE PRACTICE ACHIZIȚIONATE LA FINELE DISCIPLINEI

Manoperele practice esențiale obligatorii sunt:

- Analiza planurilor principale ale corpului: frontal, sagital și transversal. Evaluarea și identificarea poziției, alinierii și eventualelor deviații ale segmentelor corporale în raport cu aceste planuri;
- Evaluarea axelor principale ale corpului (longitudinală, antero-posterioară și transversală) și localizarea centrului de greutate, determinarea echilibrului și stabilitatea posturală;
- Evaluarea aspectelor antropometrice și proporționale ale corpului: tipul constituțional, proporționalitatea segmentelor (membre superioare, inferioare, trunchi, umeri), indicii de masă corporală (IMC) și indicii de robustețe;
- Analiza capacității funcționale prin măsurători (dinamometrie, goniometrie) și aprecierea tipurilor de mișcări: flexie, extensie, rotație, abducție, adducție, pronație, supinație, circumducție, anteducție, retroducție și balansare;
- Evaluarea globală a rezultatelor obținute în urma testelor funcționale ale aparatului mio-arto-kinetic, cu accent pe interpretarea acestora în contextul prevenției;
- Evaluarea stării fizice generale a unui individ pentru a determina nivelul de fitness și eventualele afecțiuni preexistente, prin teste de forță, mobilitate și flexibilitate, pentru a personaliza activitățile sportive;
- Selectarea sporturilor și activităților fizice potrivite pentru diverse grupuri de vârstă și persoane cu afecțiuni preexistente, asigurându-se că activitatea aleasă nu pune presiune asupra zonei afectate;
- Analiza și aprecierea pozițiilor corecte ale segmentelor corpului în cadrul pozițiilor fundamentale de bază, dintr-o perspectivă biomecanică;
- Elaborarea programelor de kinetoprofilaxie, orientate spre corectarea atitudinilor posturale vicioase ale corpului, pentru cazuri la alegere;
- Crearea programelor de kinetoprofilaxie individual pentru fiecare categorie de vârstă,



având în vedere nevoile specifice de prevenție la fiecare etapă a vieții;

- Crearea programelor de kinetoprofilaxie care integrează exerciții din diferite sporturi pentru prevenirea afecțiunilor fizice, cum ar fi exerciții din înot, ciclism, gimnastică sau mers pe jos, în funcție de nevoile fiecărei persoane.

VII. OBIECTIVE DE REFERINȚĂ ȘI UNITĂȚI DE CONȚINUT

Obiective	Unități de conținut
TEMA 1. Kinetoprofilaxia: definiție, obiect, scop, clasificare	
Să definească noțiunile de bază specifice kinetoprofilaxiei; Să cunoască rolul și importanța kinetoprofilaxiei în cadrul domeniului; Să demonstreze stabilirea sarcinilor și obiectivelor kinetoprofilaxiei ; Să integreze însușirea teoretică privind abordarea sistemică a organismului.	1. Kinetoprofilaxia: delimitare conceptuală. Introducere în kinetoprofilaxie. Definiții, scurt istoric și cadrul conceptual. 2. Corelații între organismul uman văzut ca sistem și importanța kinetoprofilaxiei. 3. Stabilirea sarcinilor și obiectivelor subramurilor caracteristice acestei ramuri. kinetoprofilaxia primară sau de gradul I. kinetoprofilaxia secundară sau de gradul II.
TEMA 2. Mijloacele kinetoprofilaxiei exercițiul fizic	
Să înțeleagă locul și rolul exercițiului fizic în kinetoprofilaxie; Să cunoască disciplinile științifice de sinteză din domeniul educației fizice și a kinetoterapiei; Sa cunoască interferința dintre kinetoterapie și gimnastica medicală.	1. Fundamentarea științifică a exercițiului fizic în kinetoprofilaxie 2. Exercițiul fizic aplicate și adaptate nevoilor pacienților 3. Reguli, obiective și eficiența practicării kinetoterapiei
TEMA 3. Teoria și metodologia exercițiului fizic	
Să cunoască teoria și metoda exercițiului fizic; Sa înțeleagă metoda aplicării exercițiului fizic; Să abordeze în procesul instructiv-educativ exercițiile fizice în diverse forme de activitate.	1. Exercițiul fizic reprezintă o componentă esențială a educației, contribuind la sănătatea, dezvoltarea fizică și moral-spirituală a individului, având o fundamentare științifică solidă. 2. Răspândirea sa globală și importanța crescândă în societate subliniază rolul său central în viața modernă. 3. Aplicarea exercițiului fizic în fiziokinetoterapie include metode active și pasive, bazate pe mișcări voluntare, imobilizare sau posturare, cu sau fără utilizarea aparatelor. 4. Diversificarea acestor metode asigură adaptarea la nevoile individuale ale pacienților.



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 7/16

Obiective	Unități de conținut
	<p>5.Tehnologia procesului didactic și organizarea eficientă a exercițiilor fizice</p> <p>6.Organizarea ședințelor de fiziokinetoterapie implică planificarea obiectivelor, dirijarea efortului și utilizarea mijloacelor didactice adecvate.</p> <p>7. Proiectarea și evaluarea activităților asigură eficiența procesului și atingerea finalităților terapeutice și educative.</p>
TEMA 4. Actul motric și activitatea motrică	
<p>Să definească elementele component ale mișcării;</p> <p>Să cunoască genuri, forme,tipuri principale ale mișcării ;</p> <p>Sa cunoască evoluția ontogenetică a mișcărilor;</p> <p>Să cunoască tipurile de locomoție umană.</p>	<p>1.Elementele component ale mișcării:actul motric (elementul de mișcare), exercițiul fizic (gestul motric),acțiunea motrică și activitatea motrică.</p> <p>2.Principalele genuri, forme,tipuri principale ale mișcării: Mișcarea microparticulelor, Mișcarea mecanică; Mișcarea fizică, chimică, biologică, socială. Etapele dezvoltării motrice în funcție de vîrstă.</p> <p>3.Locomoția umană și tipurile de mișcări: <i>voluntare și involuntare</i>.Mișcările prin acte reflexe necondiționate șo condiționate.</p> <p>4.Forțele interne, care conlucrează la realizarea mișcărilor.Forțele externe, oponenteleumei mișcări.</p>
TEMA 5. Tipuri de învățare și etapele dezvoltării motrice	
<p>Să înțeleagă procesele de învățare motrică și importanța acestora în dezvoltarea abilităților funcționale și motrice;</p> <p>Să analizeze etapele dezvoltării motrice și corelația acestora cu vârsta, factorii de mediu și influențele biologice;</p> <p>Să aplice conceptele de învățare și dezvoltare motrică în contextul planificării exercițiilor fizice sau al intervențiilor kinetoterapeutice;</p> <p>Să observe și să analizeze aplicarea învățării motrice în diferite etape de</p>	<p>1.Conceptul de învățare motrică și tipurile acesteia. Învățarea motrică se referă la procesul de dobândire și perfecționare a abilităților motrice, iar aceasta poate fi clasificată în trei tipuri: cognitivă, asociativă și autonomă.</p> <p>2.Etapele dezvoltării motrice, schimbările fiziologice și psihologice semnificative, precum copilăria timpurie, adolescența și vârsta adultă.</p> <p>3.Aplicarea învățării și dezvoltării motrice în kinetoprofilaxie și activități fizice. În contextul kinetoprofilaxie, tipurile de învățare motrică sunt aplicate în</p>



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 8/16

Obiective	Unități de conținut
viață (copilărie, adolescență, vârstă adultă, senectute).	planificarea exercițiilor și intervențiilor terapeutice, adaptate în funcție de etapele dezvoltării motrice ale individului.
TEMA 6. Rolul exercițiului fizic în menținerea stării de sănătate	
Să definească noțiunile de mobilitate, energie, rezistență ; Să cunoască rolul exercițiului fizic în menținerea stării de sănătate ; Să cunoască riscurile unui mod de viață sedentar.	1.Beneficiile activității fizice din punct de vedere fizic și psihic. 2.Mobilitatea, energia, rezistența corpului uman în timpul exercițiilor fizice.Riscurile stilului de viață sedentar. 3. Scăderea mobilității articulare și pierderea masei musculare, obezitate, afecțiuni musculoscheletice.
TEMA 7. Consilierea în kinetoprofilaxie	
Să definească tipurile de evaluatori consilieri Să definească mijloacele comunicării Să caracterizeze fazele și etapele evaluării	1.Noțiuni generale. Tipuri de evaluări-consilieri 2.Mijloacele de comunicare. Fazele și etapele evaluare 3.Noțiuni de consiliere avansată.
TEMA 8. Echipamente, aparate și instalații utilizate în kinetoprofilaxie	
Să cunoască tipologia echipamentelor și aparatelor utilizate în kinetoprofilaxie; Să înțeleagă rolul și funcționarea fiecărui tip de echipament în procesul de recuperare motrică; Să demonstreze utilizarea corectă a aparatelor și echipamentelor în cadrul ședințelor de kinetoprofilaxie.	1.Tipologia echipamentelor și aparatelor în kinetoprofilaxie (de exemplu: biciclete pentru recuperare, dispozitive pentru exerciții de întindere și întărire musculară, aparate pentru masaj și stimulare electrică). 2.Utilizarea echipamentelor pentru diferite afecțiuni și categorii de vârstă. 3.Adaptarea aparatelor și echipamentelor la nevoile pacienților în funcție de afecțiunile specifice (de exemplu: recuperarea post-operatorie, afecțiuni musculoscheletale sau neurologice) și vârsta pacienților (copii, adulți, seniori).
TEMA 9. Fitness-ul - componentă de bază a kinetoprofilaxiei, testarea aparatului mio-artro-kinetic	



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 9/16

Obiective	Unități de conținut
<p>Să definească noțiunile de bază ale kinetoprofilaxiei ca fitness-ul, antrenare, adaptare, deconținționare ș.a;</p> <p>Să cunoască testele de evaluare specifice pentru aparatul mio-artro-kinetic;</p> <p>Să demonstreze testele de evaluare a capacității de efort specifice pentru aparatul mio-artro-kinetic;</p> <p>Să aplice în cadrul programului de kinetoprofilaxie teste de evaluare specifice pentru aparatul mio-artro-kinetic.</p>	<p>1.Fitness-ul - componentă de bază a kinetoprofilaxiei, testarea aparatului mio-artro-kinetic.</p> <p>2.Prezentarea componentelor de bază specifice kinetoprofilaxiei și a testelor specifice pentru aprecierea capacității de efort a unui individ.</p> <p>3.Însușirea testelor de evaluare a capacității de efort specifice pentru aparatul mio-artro-kinetic.</p>
TEMA 10. Formarea și educarea atitudinii corecte a corpului.	
<p>Să definească atitudinea corectă a corpului;</p> <p>Să cunoască pozițiile corecte ale segmentelor corpului în raport cu structura lor pe axe și planuri de mișcare;</p> <p>Să cunoască principiile educării funcției de atitudine corectă a corpului;</p> <p>Să cunoască pozițiile corecte ale diferitelor segmente ale corpului în timpul diferitelor poziții fundamentale;</p> <p>Să demonstreze sarcinile kinetoprofilaxiei primare în educarea unei atitudinii corecte a corpului.</p>	<p>1.Atitudinea-definiție. Formarea și educarea atitudinii corecte a corpului.</p> <p>2.Poziția diferitelor segmente ale corpului și raportul dintre ele în cadrul atitudinii corecte.</p> <p>3.Educarea reflexului de atitudine corectă. Atitudinea corectă a corpului în poziții și acte mortice.</p>
TEMA 11. Kinetoprofilaxia primară și secundară a deficiențelor globale de atitudine a corpului	
<p>Să definească deficiențele globale de creștere și dezvoltare a corpului;</p> <p>Să cunoască deficiențele globale de creștere și dezvoltare a corpului;</p> <p>Să cunoască obiectivele kinetoprofilactice a metodelor de corectare a atitudinilor globale;</p> <p>Să cunoască obiectivele kinetoprofilactice, a metodelor și mijloacelor de corectare a atitudinilor global deficiente prin rigiditate, tonus muscular crescut, hiperfuncție, încordare psihică, prin asimetrie și inegalitate funcțională a elementelor de sprijin și mișcare.</p>	<p>1.Kinetoprofilaxia primară și secundară a deficiențelor globale de atitudine a corpului.</p> <p>2.Atitudinile deficiente globale ale corpului. Kinetoprofilaxia secundară a atitudinilor deficiente globale.</p> <p>3.Kinetoprofilaxia secundară a atitudinii scoliotice.</p> <p>4.Kinetoprofilaxia secundară deficiențelor capului și gâtului, umerilor, omoplaților și membrelor superioare.</p>
TEMA 12. Kinetoprofilaxia primară și secundară a copilului	



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 10/16

Obiective	Unități de conținut
<p>Să cunoască particularitățile morfologice și funcționale ale copiilor în diferite etape ale creșterii și dezvoltării: 0-3 ani, 3-7 ani, 7-11 ani, 11-15 ani;</p> <p>Să cunoască evoluția neuromotoare, normală a copiilor în etapele de creștere și dezvoltare, precum și a tulburărilor și deficiențelor, generate de anumite cauze care o pot afecta;</p> <p>Să cunoască obiectivele kinetoprofilaxiei în diferite etape ale creșterii și dezvoltării;</p> <p>Să cunoască obiectivele kinetoprofilaxiei în asigurarea creșterii normale și dezvoltării armonioase, în profilaxia unor tulburări și deficiențe.</p>	<ol style="list-style-type: none">1.Kinetoprofilaxia copilului mic 0 - 3 ani.2.Copilul cu vârsta cuprinsă între 1 - 3 ani. Obiectivele kinetoprofilaxiei primare.3.Copilul cu vârsta cuprinsă între 3 - 7 ani (perioada preșcolară).4.Copilul cu vârsta cuprinsă între 10 - 14 ani (perioada pubertară). Particularități morfologice și funcționale.5. Obiectivele kinetoprofilaxiei la copii cu vârsta cuprinsă între 10 - 14 ani.6.Copilul cu vârsta cuprinsă între 14 - 18 ani (perioada adolescenței). Particularități morfologice și funcționale. Obiectivele kinetoprofilaxiei la vârsta adolescenței.
TEMA 13. Kinetoprofilaxia primară și secundară în perioada de maturitate	
<p>Să cunoască particularitățile morfologice și funcționale în perioada de maturitate (perioada adultului tânăr 18/20 - 30 de ani și perioada de adult 30 - 60 de ani);</p> <p>Să cunoască evoluția neuromotoare, normală în etapele de creștere și dezvoltare, precum și a a tulburărilor și deficiențelor, generate de anumite cauze care o pot afecta.</p>	<ol style="list-style-type: none">1.Kinetoprofilaxia în perioada de maturitate (perioada adultului tânăr 18/20 - 30 de ani și perioada de adult 30 - 60 de ani).2.Particularități morfologice și funcționale. Obiective kinetoprofilactice specific3.Mijloace kinetoprofilactice specifice acestei perioade.
TEMA 14. Kinetoprofilaxia primară și secundară la persoanele de vârsta a III-a	
<p>Să cunoască particularitățile morfologice și funcționale la persoanele de vârsta a III ;</p> <p>Să cunoască obiectivele kinetoprofilaxiei la persoanele de vârsta a III.</p>	<ol style="list-style-type: none">1.Kinetoprofilaxia primară și secundară la persoanele de vârsta a III-a.2.Particularități morfologice și funcționale la persoanele de vârsta a III-a.3.Obiectivele kinetoprofilactice specifice. Mijloace kinetoprofilactice specifice acestei vârste.
TEMA 15. Kinetoprofilaxia prin activități sportive	
<p>Să înțeleagă impactul diferitelor activități sportive asupra sănătății și prevenției bolilor;</p> <p>Să cunoască beneficiile și riscurile asociate cu diverse sporturi;</p> <p>Să adapteze activitățile sportive în funcție de vârstă, condiție fizică și afecțiuni existente.</p>	<ol style="list-style-type: none">1.Rolul activităților sportive în prevenirea afecțiunilor fizice.2.Sporturi în kinetoprofilaxie.3.Sporturi de echipă și activități recreative pentru diverse grupe de vârstă.

	CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ PENTRU STUDII UNIVERSITARE	Redacția:	10
		Data:	10.04.2024
		Pag. 11/16	

VIII. COMPETENȚE PROFESIONALE (GENERALE ȘI SPECIFICE) (CPG, GPS) ȘI TRANSVERSALE (CT) ȘI FINALITĂȚI DE STUDIU

✓ Competențe profesionale generale (CPG)

- **CPG1. *Cultură, etică și valori.*** Executarea responsabilă a sarcinilor profesionale cu aplicarea valorilor și normelor eticii profesionale, precum și prevederilor legislației în vigoare
- **CPG2. *Eficiență profesională și lucrul în echipă.*** Realizarea activităților și exercitarea rolurilor specifice muncii în echipă în diverse instituții medicale. Promovarea spiritului de inițiativă, dialogului, cooperării, atitudinii pozitive și respectului față de ceilalți, a empatiei, altruismului și îmbunătățirea continuă a propriei activități.
- **CPG3. *Practica bazată pe evidențe și cercetare.*** Utilizarea cunoștințelor actuale bazate pe dovezi, inclusiv rezultatele cercetării, pentru ghidarea activității practice. Organizarea și executarea cercetărilor științifice în domeniu. Selectarea materialelor și resurselor științifice metodelor de cercetare, efectuarea experimentelor, prelucrarea statistică a rezultatelor cercetării, formularea concluziilor și a propunerilor. Elaborarea și susținerea discursurilor, prezentărilor în cadrul manifestărilor științifice prin demonstrarea atitudinii personale, coerență în expunere și corectitudine științifică; participare în discuții și dezbateri în cadrul manifestărilor științifice.
- **CPG4. *Realizarea activității de educație.*** Efectuarea educației pentru sănătate la nivel individual și de comunitate. Cunoașterea și aplicarea metodelor de instruire în dependență de specificul audienței. Stabilirea scopului și obiectivelor instruirii și /sau evaluării. Determinarea formelor optime de instruire și evaluare în dependență de specificul audienței. Realizarea evaluării la locul de muncă, inclusiv posibilitatea de a oferi feedback constructiv.

✓ Competențe profesionale specifice (CPS)

- **CPS1. *Cunoașterea științelor ce stau la baza fiziokinetoterapiei și reabilitării.*** Cunoașterea adecvată a științelor ce stau la baza fiziokinetoterapiei și reabilitării, obținerea de cunoștințe suficiente despre structura organismului, funcțiile fiziologice și comportamentul organismului uman în diverse stări fiziologice și patologice, cât și a relațiilor existente între starea de sănătate, mediul fizic și cel social.
- **CPS2. *Promovarea sănătății, efectuarea activităților de profilaxie și educație pentru sănătate.*** Promovarea unui stil de viață sănătos, aplicarea măsurilor de prevenție și auto-îngrijire, promovarea sănătății, consolidarea comportamentelor și respectarea planului terapeutic. Protecția sănătății și stării de bine ale persoanelor și grupurilor în care aplică tratamentul fiziokinetoterapeutic și reabilitarea medicală.
- **CPS3. *Realizarea procedurilor clinice.*** Efectuarea diverselor manopere practice fiziokinetice și procedee pentru realizarea activităților profesionale specifice specialității de terapie și reabilitare. Implementarea programelor de reabilitare pe termen lung în scopul de a menține autonomia personală a indivizilor, a preveni sau a diminua dizabilitatea și a facilita integrarea socială a acestora



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 12/16

- **CPS4. Asistarea fiziokinetoterapeutică.** Evaluarea, diagnosticarea, planificarea și implementarea asistării fiziokinetoterapeutice individualizate orientate pe rezultatele diminuării deficitului funcțional. Asigurarea asistării fiziokinetoterapeutice profesionale indivizilor, familiilor și grupurilor, respectând standardele de calitate în conformitate cu reglementările legale și profesionale de conduită. Aprecierea rezultatelor programelor realizate și efectuarea recomandărilor de optimizare a acestora

- **CPS5. Luarea deciziilor.** Integrarea abilităților de gândire critică și sistematizată în scopul rezolvării problemelor și luării deciziilor de terapie și reabilitare a pacienților în contextul profesional. Analiza prealabilă a problemelor, facilitând identificarea celei mai bune soluții pentru pacient, familie și comunitate, pentru atingerea obiectivelor trasate.

✓ **Competențe transversale (CT)**

- **CT1. Autonomie și responsabilitate în activitate.** Aplicarea regulilor de muncă riguroasă și eficientă, manifestarea unei atitudini responsabile față de realizarea sarcinilor profesionale cu aplicarea valorilor și normelor eticii profesionale, precum și prevederilor legislației în vigoare. Promovarea raționamentului logic, a aplicabilității practice, a evaluării și autoevaluării în luarea deciziilor.

- **CT2. Comunicarea eficientă.** Abilitatea de a înțelege textele scrise / vorbite, de a exprima concepte, gânduri, sentimente, fapte și opinii atât în formă orală, cât și în formă scrisă (ascultare, vorbire, citire și scriere) și de a interacționa lingvistic într-un mod adecvat și creativ într-o gamă completă de contexte sociale și culturale

- **CT3. Competențe digitale.** Abilitatea de a interacționa printr-o varietate de dispozitive / aplicații digitale, de a înțelege comunicarea digitală, modul în care este cel mai bine vizualizată, analizată și utilizată pentru nevoile proprii. Abilitatea de a introduce date în calculator, de a prelucra informațiile, de a tipări documentele specifice. Capacitatea de a utiliza adecvat situației conținutul informațiilor găsite.

- **CT4. Toleranță și respect pentru diversitate.** Abilitatea de a susține și promova un mediu care oferă oportunități pentru toți, indiferent de rasă, sex, cultură și vârstă prin conlucrarea cu toți angajații și beneficiarii de la toate nivelurile; valorificarea și încorporarea contribuțiilor persoanelor din medii diferite; precum și să arate respect pentru opiniile și ideile celorlalți.

- **CT5. Abilități de interacțiune și responsabilitate socială.** Identificarea obiectivelor de realizat, a resurselor disponibile, condițiilor de finalizare, etapelor de lucru, termenelor de realizare aferente. Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă pluridisciplinară și la nivel de comunitate. Aplicarea de tehnici de relaționare și de muncă eficientă în cadrul echipei și cu beneficiarii serviciilor. Asigurarea desfășurării eficiente și implicării responsabile în activitățile de organizare a muncii în echipă.

✓ **Finalități de studiu**

La finalizarea cursului studentul va fi capabil:

să înțeleagă obiectivele și principiile de bază a kinetoprofilaxiei;



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 13/16

să înțeleagă principiile de organizare și management al serviciului de reabilitare medicală;
să cunoască competențele specialistului fiziokinetoterapeut în contextul kinetoprofilaxiei;
să înțeleagă principii și metode de evaluare funcțională a persoanelor cu afecțiuni dizabilitante;
să înțeleagă abordarea holistică a pacientului în asistență de reabilitare și principiile de aplicare a modelului cif (clasificarea internațională a funcționării, dizabilității și sănătății);
să cunoască acțiunea kinetoprofilaxiei primară, secundară, precum și principii generale de aplicare a ei în tratamentul de reabilitare;
să dezvolte capacități de comunicare cu persoanele ce prezintă dizabilități, principii de comunicare în echipa multidisciplinară și comportament bazat pe profesionalism.

IX. LUCRUL INDIVIDUAL AL STUDENTULUI

Nr.	Produsul preconizat	Strategii de realizare	Criterii de evaluare	Termen de realizare
1.	Lucrul cu sursele informaționale	Studierea surselor obligatorii (curs, manuale, îndrumări metodice) la tema respectivă. Recomandarea și stimularea studierii surselor bibliografice suplimentare la tema studiată. Selectarea întrebărilor din temă, care necesită o reflecție asupra subiectului.	Capacitatea de a extrage esențialul; abilități interpretative; volumul muncii. Complexitate și varietatea materialului expus.	Pe parcursul semestrului
2.	Lucrul cu sursele informaționale electronice	Utilizarea platformelor de căutare și bibliotecilor on-line. Selectarea informației din sursele electronice la tema respectivă. Studierea materialului informativ selectat.	Capacitatea de a extrage esențialul; volumul muncii	Pe parcursul semestrului
3.	Pregătirea și susținerea prezentărilor	Selectarea temei prezentării și stabilirea planului, componentelor și termenilor de realizare.	Volumul de muncă; structurarea informațiilor; redarea aspectelor esențiale elemente de creativitate, formarea atitudinii personale,	Pe parcursul semestrului

	CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ PENTRU STUDII UNIVERSITARE	Redacția:	10
		Data:	10.04.2024
		Pag. 14/16	

		Recenziile colegilor și cadrelor didactice. Strategii de învățare reciprocă și autoevaluare.	coerența expunerii, gradul de dovezi științifice, prezentare grafică, modalitate de prezentare.	
4.	Studiu de caz	Prezentarea și analiza cazului clinic cu referire la surse bibliografice actuale. Probleme de situație.	Consecutivitatea de prezentare. Capacități de analiză clinică a problemei. Argumentarea metodelor de evaluare și de reabilitare. Demonstrarea înțelegerii problemei, capacități de formulare a concluziilor și recomandărilor.	Pe parcursul semestrului

X. SUGESTII METODOLOGICE DE PREDARE-ÎNVĂȚARE-EVALUARE

• Metode de predare și învățare utilizate

Procesul de instruire vizează activități de predare, învățare și evaluare în conformitate cu standardele tradiționale de educație medicală, precum și utilizarea metodelor moderne. Procesul de învățământ este structurat în prelegeri și lucrări practice. Strategiile de predare-învățare utilizează concepte didactice interactive, studiu de caz, autoinstruire, învățare reciprocă și învățare bazată pe problemă.

La predarea disciplinei Kinetoprofilaxie sunt folosite diverse metode și procedee didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul cursului, odată cu metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză) se folosesc și metode moderne: „Brainstorming”, „Diagrama VENN”, „SWOT”, „Gândește-perechi-prezintă”, „Interogarea multi-procesuală”, „Cubul”, „Interviul în trei trepte”, „Discuția ghidată”, „Studiu de caz clinic”, „Simularea”, „Harta conceptuală”, „Graficul T”, „Fișa de autoevaluare: Am aflat /A fost dificil să înțeleg /Vreau să aflu”.

În cadrul lucrărilor practice sunt utilizate forme de activitate individuală. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc diferite sisteme semiotice (limbaj științific, limbaj grafic și computerizat), materiale didactice (filme, prezentări, tabele, scheme, buletine de examinare clinice, paraclinice și funcționale, echipamente de reabilitare). În cadrul lecțiilor și activităților extra-curriculare sunt folosite tehnologii informaționale, aplicații de căutare și comunicare (baze de date și tehnologii informaționale electronice, platforme de comunicare on-line).

• Strategii/tehnologii didactice aplicate



**CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ
PENTRU STUDII UNIVERSITARE**

Redacția: 10

Data: 10.04.2024

Pag. 15/16

Strategii prin cooperare, strategii prin microgrup, strategie de învățare individualizată.
Tehnologii didactice: „Expunerea”, „Conversația”, „Sinteza”, „Discursul argumentat” ,
„Brainstorming”, „Diagrama VENN”, „SWOT”, „Gândește-perechi-prezintă”, „Interogarea
multi-procesuală”, „Cubul”, „Interviul în trei trepte”, „Discuția ghidată”, „Studiu de caz clinic”
„Simularea”, „Harta conceptuală”, „Graficul T”, „Fișa de autoevaluare: Am aflat /A fost dificil
să înțeleg /Vreau să aflu”.

- **Metode de evaluare** (inclusiv cu indicarea modalității de calcul a notei finale)

Curentă: control frontal sau/și individual prin

probe orale

probe scrise

evaluarea prezentării cazului clinic

participarea în discuții

evaluarea proiectului/ prezentării powerpoint

fișe de autoevaluare

Finală: test-grilă, examen

Modalitatea de rotunjire a notelor la etapele de evaluare

Grila notelor intermediare (media anuală, notele de la etapele examenului)	Sistemul de notare național	Echivalent ECTS
1,00-3,00	2	F
3,01-4,99	4	FX
5,00	5	E
5,01-5,50	5,5	
5,51-6,0	6	
6,01-6,50	6,5	D
6,51-7,00	7	
7,01-7,50	7,5	C
7,51-8,00	8	
8,01-8,50	8,5	B
8,51-9,00	9	
9,01-9,50	9,5	A
9,51-10,0	10	

Nota medie anuală și notele tuturor etapelor de examinare finală (asistate la calculator, testare, răspuns oral) - toate vor fi exprimate în numere conform scalei de notare (conform tabelului), iar nota finală obținută va fi exprimată în număr cu două zecimale, care va fi trecută în carnetul de note.

	CD 8.5.1 CURRICULUM DISCIPLINĂ PENTRU STUDII UNIVERSITARE	Redacția:	10
		Data:	10.04.2024
		Pag. 16/16	

Neprezentarea la examen fără motive întemeiate se înregistrează ca "absent" și se echivalează cu calificativul 0 (zero). Studentul are dreptul la 2 susțineri repetate ale examenului nepromovat.

XI. BIBLIOGRAFIA RECOMANDATĂ:

A. Obligatorie:

1. Ilinca I., Ionescu, Kinetoprofilaxia activă. Editura Universitaria, București, 2021
2. Engrich E., Kinetoterapia pe înțelesul tuturor. Ediția 2, Ed. Medicală, București, 2019.

B. Suplimentară

1. Avram C., Ciulea B., Gherghel I., Exerciții fizice tematice în kinetoterapie. Eurobit, Timișoara, 2013.
2. Sbeghe T., Berteanu M., Savulescu SE., Kinetologie. Ed. Medicală, București, 2019.
3. Mârza D. D., Bazele generale ale kinetoterapiei-curs studii de licență în kinetoterapie și motricitate specială, terapie ocupațională. Bacău, Alma Mater, 2012
4. Balint N.T., Kinetoprofilaxie - Curs studii de licență. Editura Alma Mater, Bacău, 2010
5. Balint N.T., Prim ajutor și evaluare somato-funcțională - Curs studii de licență. Editura Alma Mater, Bacău, 2010
6. Sbeghe T., Kinesiologie Știința mișcării. Editura Medicală, București, 2002
7. Stanca D., Caciulan E., Facilitare-inhibare în kinetoterapie. Ghid practic. Ed. Moroșan, București, 2017.
8. Sardaru D., Onu I., Matei D., Evaluarea amplitudinilor articulare. Ed Gr T. Popa, Iasi, 2021.