



**MINISTERUL EDUCAȚIEI**  
**UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD**  
 310130 Arad, B-dul Revoluției nr. 77, P.O. BOX 2/158 AR  
 Tel : 0040-257- 283010; fax. 0040-257- 280070  
<http://www.uav.ro>; e-mail: [rectorat@uav.ro](mailto:rectorat@uav.ro)  
 Operator de date cu caracter personal nr.2929

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	<b>UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD</b>
1.2. Facultatea	<b>de Educație Fizică și Sport</b>
1.3. Departamentul	<b>Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă</b>
1.4. Domeniul de studii	<b>Kinetoterapie</b>
1.5. Anul universitar	<b>2022-2023</b>
1.6. Ciclu de studii	<b>Licență</b>
1.7. Specializarea / Programul de studii	<b>Kinetoterapie și Motricitate Specială</b>
1.8. Forma de învățământ	<b>Învățământ cu frecvență (IF)</b>

### 2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>BIBF4O09 Educație pentru sănătate și prim ajutor</b>
2.2. Titular Plan învățământ	<b>doctor Bitang Viorel Virgil Ioan</b>
2.3. Asistent	<b>doctor Bitang Viorel Virgil Ioan</b>
2.4. Anul de studiu	<b>2</b>
2.5. Semestrul	<b>2</b>
2.6. Tipul de evaluare	<b>ES</b>
2.7. Regimul disciplinei	<b>Ob</b>

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

3.1. Număr de ore pe săptămână	<b>4</b>
3.2. Ore de curs pe săptămână	<b>2</b>
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	<b>2</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>56</b>
3.5. Ore de curs pe semestru	<b>28</b>
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	<b>28</b>
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	<b>10</b>

3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	10
3.4.3. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	10
3.4.4. Tutoriat	5
3.4.5. Examinări	9
3.4.6. Alte activități ...	25
3.7. Total ore studiu individual	69
3.8. Total ore pe semestru	125
3.9. Numărul de credite	5

**4. Precondiții** (acolo unde este cazul)

4.1. Precondiții de curriculum	
4.2. Precondiții de competențe	

**5. Condiții necesare** (acolo unde este cazul)

5.1. Condiții de desfășurare a cursului	<b>Sala de curs dotată cu aparatură și materiale specifice activității (audio- video).</b>
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	<b>Pentru derularea în condiții optime a activităților în cadrul orelor de laborator, studenții vor participa obligatoriu la aceste ore cu grupa în care sunt repartizați.</b>
5.3. Condiții de desfășurare a laboratorului	
5.4. Condiții de desfășurare a proiectului	

**6. Competențele specifice acumulate** (acolo unde este cazul)

6.1. Competențe profesionale	<b>CP 1 Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară (2 credite). CP 2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (1 credit).</b>
6.2. Competențe transversale	<b>CT 1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională (2 credite).</b>

**7. Obiectivele disciplinei** (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<b>- dobândirea capacității de a recunoaște situațiile care necesită acordarea primului ajutor, însușirea teoretică și practică a noțiunilor care stau la baza aplicării corecte a măsurilor de prim ajutor și dezvoltarea capacității de a coopera cu alți salvatori sau servicii de specialitate în anumite situații de urgență.</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• O.c.1 – să cunoască principalele manifestări ale unor situații de urgență</li> <li>• O.ap.1. – să identifice o situație de urgență, pornind de la prezentarea unor semne și simptome specifice;</li> <li>• O.at.1. – să argumenteze importanța recunoașterii unor manifestări clinice în contextul</li> </ul>

7.2. Obiectivele specifice	<p><b>aplicării corecte a măsurilor de prim ajutor adecvat și a unei instruirii continue în acest domeniu;</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>O.c. 2.</b> – să cunoască și să înțeleagă modul în care diferiți factori favorizanți sau determinanți pot contribui la producerea unor accidente;</li> <li>• <b>O.ap.2.</b> – să identifice mecanismul de producere al unor accidente;</li> <li>• <b>O.at.2.</b> – să argumenteze importanța cunoașterii mecanismului de producere al unui accident în vederea aplicării corecte a măsurilor de prim ajutor;</li> <li>• <b>O.c. 3.</b> – cunoașterea și înțelegerea acelor principii care asigură un prim ajutor eficient, rapid și corect.</li> <li>• <b>O.ap.3.</b> – să fie capabil să comunice și să colaboreze cu alți salvatori sau cu reprezentanții serviciilor medicale specializate</li> <li>• <b>O.at.3.</b> – să argumenteze principiile de etică în acordarea primului ajutor;</li> <li>• <b>O.c. 4.</b> – cunoașterea metodelor de aplicare a primului ajutor în diferite situații de urgență și înțelegerea mecanismelor prin care aceste metode pot influența imediat starea victimei și, totodată, evoluția ulterioară a stării patologice;</li> <li>• <b>O.ap.4.</b> – să identifice acele măsuri care sunt potrivite unei anumite situații de urgență</li> <li>• <b>O.at.4.</b> – să argumenteze alegerea unei anumite manevre într-o situație de urgență, în defavoarea alteia;</li> <li>• <b>O.c. 5.</b> – cunoașterea și înțelegerea principiilor de prevenire a accidentelor în diferite locații și grupuri populaționale, a măsurilor specifice protecției muncii;</li> <li>• <b>O.ap.5.</b> – să identifice măsurile de prevenire care ar putea fi eficiente în diferite situații;</li> <li>• <b>O.at.5.</b> – să argumenteze alegerea unor anumite măsuri de prevenire a accidentelor și principiile etice aferente acestora.</li> </ul>
----------------------------------	---

### 8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
<p>1. Principiile de acordare a primului ajutor. Trusa de prim ajutor. Măsurile de prevenire a accidentelor. 2. Resuscitarea cardio-pulmonară (RCP): evaluarea și manevrele de prim ajutor în stopul cardiorespirator. Defibrilarea. Poziția laterală de siguranță. 3. Hemoragii: definiție, etiologie, clasificare, semne clinice, manevre de prim ajutor. Plăgile: definiție, etiologie, clasificare, semne clinice, manevre de prim ajutor. 4. Accidentele produse de agenți fizici și chimici: arsuri, degerături, electrocutare, intoxicații acute, reacții alergice-semne clinice, diagnostic pozitiv, manevre de prim ajutor. Sindromul de aspirație pulmonară (înecul, sindromul Mendelson): semne clinice, principii de prim ajutor. 5. Traumatismele aparatului locomotor (fracturi, entorse, luxații, traumatisme musculare): semne clinice, manevre de prim ajutor (metode și mijloace de imobilizare etc). Primul ajutor în traumatismele craniene și ale coloanei vertebrale. Prezentarea complicațiilor imediate și tardive ale acestor traumatisme. Primul ajutor în traumatismele musculare (rupturile musculare, sindromul Volkmann, sindromul tibial anterior, sindromul de strivire). 6. Urgențele cardio-vasculare 7. Semnele</p>	<p>Prelegere interactivă, expunere cu oponent, conversație.</p>	<p>Prelegere interactivă, expunere cu oponent, conversație.</p>
<p>8.2 Bibliografie Curs</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Bitang Viorel, (2022), Note de curs, ediție revizuită (format electronic)</b></li> <li>• <b>Asociația Medicală Americană (2000) Primul ajutor în urgențele medicale, Editura Lider, București;</b></li> <li>• <b>Branea I. (1997) Medicul salvării, Editura Mirton, Timișoara;</b></li> <li>• <b>Matusz P. (1993) Primul ajutor în accidentele rutiere, Editura Helicon, Timișoara;</b></li> <li>• <b>Mănăstireanu D. (1996) Curs practic de urgențe medico-chirurgicale, Editura Didactică și Pedagogică, București;</b></li> </ul>		
8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
<p>1. Principiile primului ajutor; organizarea unei truse de prim ajutor: prezentarea componentelor acesteia: substanțe medicamentoase, feși, pansamente, etc.). Măsuri de</p>		

<p>prevenire a accidentelor. 2. Resuscitarea cardio-pulmonară. 3. Hemostaza în leziunile vasculare periferice. Metode de hemostază: prin compresiune digitală în plagă, în punctele de elecție sau prin compresiune circulară Tehnica aplicării primului ajutor în plăgile recente);. 4. Primul ajutor în traumatismele aparatului locomotor: fracturi: semne clinice, clasificare, principii ale primului ajutor, metode de imobilizare și de transport în suspiciunea leziunilor osoase; entorse, luxații: semne clinice, metode de imobilizare. 5. Acordarea primului ajutor și transportul persoanelor cu traumatisme cranio-cerebrale și/sau vertebro-medulare). Măsuri de prim ajutor în urgențele respiratorii și cardio-vasculare. 6. Evaluare primară și măsuri de prim ajutor în arsuri, degerături, electrocutare, sindroame de aspirație pulmonară. Evaluare primară și măsuri de prim ajutor în intoxicații, stări toxiinfecțioase, boli infecțioase. 7. Metode de prim ajutor în urgențele oftalmologice, O.R.L. Urgențe obstetrico-ginecologice și endocrinologice: semne clinice, acordarea primului ajutor. Principiile primului ajutor în accidentele rutiere și în calamități naturale.</p>	Explicații însoțite de demonstrații.	28 ore
<p>8.4 Bibliografie Seminar</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Asociația Medicală Americană (2000) Primul ajutor în urgențele medicale, Editura Lider, București;</b></li> <li>• <b>Branea I. (1997) Medicul salvării, Editura Mirton, Timișoara;</b></li> <li>• <b>Matusz P. (1993) Primul ajutor în accidentele rutiere, Editura Helicon, Timișoara;</b></li> <li>• <b>Mănăstireanu D. (1996) Curs practic de urgențe medico-chirurgicale, Editura Didactică și Pedagogică, București;</b></li> <li>• <b>Nica C., Cobzariu I.F. (2007) Primul ajutor–curs, Editura Mirton, Timișoara;</b></li> <li>• <b>Oravițan M. (2007) Principii ale aplicării primului ajutor, Editura Eurobit;</b></li> <li>• <b>The British Red Cross Society (2016) First Aid Manual, Dorling-Kindersley;</b></li> <li>• <b>*** (2010) American Heart Association Guidelines for Cardiopulmonary Resuscitation and Emergency Cardiovascular Care Science, Circulation, November 2, 2010</b></li> </ul>		
8.5 Conținut Laborator	Metode de predare	Observații
8.6 Bibliografie Laborator		
8.7 Conținut Proiect	Metode de predare	Observații
8.8 Bibliografie Proiect		

#### 9. Coroborarea/validarea conținuturilor disciplinei (acolo unde este cazul)

**Dobândirea noțiunilor de prim ajutor este necesară oricărui individ, dar cu precădere celor care lucrează în domenii în care potențialul producerii unor accidente este relativ crescut, cum este acela al educației fizice și sportului.**

#### 10. Evaluare (acolo unde este cazul)

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs	<b>Cunoașterea noțiunilor prezentate la curs</b>	Probă scrisă	50%
10.2. Seminar	<b>Realizarea practică a diferitelor manevre de prim ajutor prezentate. Participarea activă la orele de lucrări practice; pregătirea temelor</b>	Titularul de lucrări practice va evalua activitatea studentului pe tot parcursul semestrului.	50%

10.3. Laborator			
10.4. Proiect			
10.5 Standard minim de performanță  - Capacitatea de a recunoaște și de a acorda primul ajutor în urgențe majore (stop cardio- respirator, hemoragii, arsuri grave, electrocutare, sindroamele de aspirație pulmonară, șoc anafilactic, intoxicații, leziuni grave ale aparatului locomotor, urgențe medico-chirurgicale majore); - Evaluarea în sesiunea de restanțe și măririle de notă se bazează pe același sistem de notare.			

Titular  
doctor Bitang Viorel Virgil  
Ioan

Asistent  
doctor Bitang Viorel Virgil  
Ioan

DIRECTOR DEPARTAMENT  
Conf.univ.dr. Corina Ramona  
Dulceanu

DECAN  
Prof. univ. dr. Vasile Liviu  
ANDREI