



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre Program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „AUREL VLAICU” DIN ARAD
1.2. Facultatea	de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Performanță Sportivă
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Anul universitar	2024-2025
1.6. Ciclul de studii	Master
1.7. Specializarea / Programul de studii	Activități motrice curriculare și extracurriculare
1.8. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

2. Date despre Disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	BmBA4012 Profilaxie în sport
2.2. Titular Plan învățământ	doctor Osser Gyongyi
2.3. Asistent	doctor Osser Gyongyi
2.4. Anul de studiu	2
2.5. Semestrul	2
2.6. Tipul de evaluare	ES
2.7. Regimul disciplinei	Ob

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	2
3.2. Ore de curs pe săptămână	0
3.3. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe săptămână	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	28
3.5. Ore de curs pe semestru	0
3.6. Ore de seminar/ laborator/ proiect pe semestru	28
Distribuția fondului de timp [Ore]	
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	10
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	10
3.4.5. Examinări	4
3.4.6. Alte activități ...	15
3.7. Total ore studiu individual	63
3.8. Total ore pe semestru	28
3.9. Numărul de credite	3

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	nu este cazul
5.2. Condiții de desfășurare a seminarului	
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	În urma parcurgerii disciplinei studentul va fi în măsură: să aplice terminologia de profilaxie și a metodelor utilizate în recuperarea sportivă
6.2. Competențe transversale	abilitatea de a lucra independent, utilizând metode și tehnici eficiente de învățare. - dobândirea capacității de a comunica în scris și oral, de a lucra în echipă, pentru a rezolva anumite situații practice specifice

7. Obiectivele disciplinei (acolo unde este cazul)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Însușirea multiplelor de competențe privind profilaxiei în sport
7.2. Obiectivele specifice	Familiarizarea cu ramurile, metodele și tehnicile medicinei fizice utilizate în reabilitarea medicală și principiile lor de aplicare practică

8. Conținuturi (acolo unde este cazul)

8.1 Conținut Curs	Metode de predare	Observații
Medicina fizică – scurt istoric Clasificarea factorilor fizici Efectele acțiunii factorilor fizici Principii de aplicare a factorilor fizici Contraindicații pentru fizioterapie Metodele fizioterapiei Kinetoterapia Terapia ocupațională Ergoterapia Electroterapia Fototerapia Masajul medical	Prezentare power-point, discuții, prelegere	
8.2 Bibliografie Curs Randall Braddom. Tratat de Medicină Fizică și de Reabilitare, Ediția IV, traducere în limba română. Editura București 2015. ISBN: 978-973-0-198869-0, 1575p. 2. Cartea Albă a Specialității de Medicină Fizică și de Reabilitare în Europa, Ed. Sub egida UEMS 2006, tradusă în limba română. Editura Universitară Carol Davila. ISBN 973- 708-025-4, 83p. 3. Cristina Daia. Electroterapie. Principii practice. Editura Universitară București 2022. ISBN 978-606-28-1393-2, 254p. 4. Georgiana-Ozana Tache. Ghid de medicina fizica si recuperare medicala. Editura: SCRIPTA 2010. ISBN: 973-		

9161-87-1. 288p.

5. Ioan Sorin Stratulat et al. Mijloace fizice utilizate în medicina fizică și de reabilitare- 2 Volume + CD. . Editura Gr. T. Popa U.M.F. Iași 2020. ISBN 978-60694797-6-6, 600p.

6. Iaroslav Kiss. Fizio-kinetoterapia si recuperarea medicala in afectiunile aparatului locomotor. 2002. ISBN: 973-39-0604-9. 284p.

7. Walter Frontera Julie Silver Thomas Rizzo. Essentials of Physical Medicine and Rehabilitation 4th Edition. Musculoskeletal Disorders, Pain, and Rehabilitation. Elsevier 2018. ISBN: 9780323549479. 1023 p.

8. Tudor Sbenghe, Mihai Berteau, Simona Elena Săvulescu. Kinetologie. 2019. Editura Medicală. ISBN: 978-973-39-0864-7. 781p.

8.3 Conținut Seminar	Metode de predare	Observații
Scopul lucrării practice/seminarului Întrebări pentru pregătirea individuală Modalitatea efectuării lucrării practice și seminarului Climatologia medicală Probleme de situație Teste de autoevaluare și autocontrol Finalități de studiu	discuții, prelegere	
8.4 Bibliografie Seminar Randall Braddom. Tratat de Medicină Fizică și de Reabilitare, Ediția IV, traducere în limba română. Editura București 2015. ISBN: 978-973-0-198869-0, 1575p. 2. Cartea Albă a Specialității de Medicină Fizică și de Reabilitare în Europa, Ed. Sub egida UEMS 2006, tradusă în limba română. Editura Universitară Carol Davila. ISBN 973- 708-025-4, 83p. 3. Cristina Daia. Electroterapie. Principii practice. Editura Universitară București 2022. ISBN 978-606-28-1393-2, 254p. 4. Georgiana-Ozana Tache. Ghid de medicina fizica si recuperare medicala. Editura: SCRIPTA 2010. ISBN: 973-9161-87-1. 288p. 5. Ioan Sorin Stratulat et al. Mijloace fizice utilizate în medicina fizică și de reabilitare- 2 Volume + CD. . Editura Gr. T. Popa U.M.F. Iași 2020. ISBN 978-60694797-6-6, 600p. 6. Iaroslav Kiss. Fizio-kinetoterapia si recuperarea medicala in afectiunile aparatului locomotor. 2002. ISBN: 973-39-0604-9. 284p. 7. Walter Frontera Julie Silver Thomas Rizzo. Essentials of Physical Medicine and Rehabilitation 4th Edition. Musculoskeletal Disorders, Pain, and Rehabilitation. Elsevier 2018. ISBN: 9780323549479. 1023 p. 8. Tudor Sbenghe, Mihai Berteau, Simona Elena Săvulescu. Kinetologie. 2019. Editura Medicală. ISBN: 978-973-39-0864-7. 781p.		
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)

Prin conținuturile sale, disciplina are un pronunțat caracter pragmatic, contribuind la formarea specialiștilor în domeniul educației fizice, încadrabili la nivel școlar și universitar.

10. Evaluare (acolo unde este cazul)

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
10.1. Curs	Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice	Realizare proiect Evaluare orală (prez. proiect).	50%
10.2. Seminar	Elaborarea și susținerea de teme de control sub formă de aplicații practice	Realizare proiect Evaluare orală (prez. proiect).	50%
10.3. Laborator			
10.4.			

Proiect			
10.5 Standard minim de performanță Elaborarea unui referat din cadrul evaluării finale astfel încât punctajul acumulat să fie de minim 5.			

Titular	Asistent	Director Departament	DECAN
doctor Osser Gyongyi	doctor Osser Gyongyi	Conf.univ.dr. Corina Ramona Dulceanu	Conf. univ. dr. Viorel-Petru ARDELEAN