

## FIȘA DISCIPLINEI

### *Masaj, anul universitar 2016/2017*

#### 1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea din Pitești
1.2	Facultatea	Științe, Educație Fizică și Informatică
1.3	Departamentul	Asistență medicală și kinetoterapie
1.4	Domeniul de studii	Psihologie
1.5	Ciclul de studii	Licență
1.6	Programul de studii / Calificarea	Terapie ocupațională/terapeut ocupațional

#### 2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina												
2.1	Denumirea disciplinei					Masaj						
2.2	Titularul activităților de curs					Lect. univ. dr. Rabolu Elena						
2.3	Titularul activităților de laborator					Lect. univ. dr. Rabolu Elena						
2.4	Anul de studii	II	2.5	Semestrul	II	2.6	Tipul de evaluare	E	2.7	Regimul disciplinei	S/A	

#### 3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	3	3.2	din care curs	2	3.3	seminar/laborator	1
3.4	Total ore din planul de inv.	42	3.5	din care curs	28	3.6	seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp								ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								10
Tutoriat								10
Examinări								10
Alte activități .....								
3.7	Total ore studiu individual	58						
3.8	Total ore pe semestru	100						
3.9	Număr de credite	4						

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

4.1	De curriculum	Parcursarea disciplinelor: Anatomie, Fiziologie
4.2	De competențe	Competențe acumulate la disciplinele: Anatomie, Fiziologie, Semiologie

#### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1	De desfășurare a cursului	Sală dotată cu videoproiector și ecran
5.2	De desfășurare a seminarului/laboratorului	Sala de lucrări practice dotată cu banchete de masaj

#### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> <li>C1 - Operarea cu concepte fundamentale în domeniul psihologie</li> <li>C3 – Identificarea și evaluarea nevoilor ocupaționale ale clientului și a situațiilor problematice</li> <li>C5 – Proiectarea și realizarea intervențiilor de terapie ocupațională</li> <li>C6 – Relaționarea și comunicarea interpersonală specifice terapiei ocupaționale</li> </ul>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> <li>CT1 - Executarea responsabilă a sarcinilor profesionale prin folosirea cunoștințelor și înțelegerea sensului și relației dintre funcție vs. disabilitate, mediu și sănătate</li> <li>CT2 – Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice</li> </ul>

#### 7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Înșușirea cunoștințelor teoretice a procedeele principale și secundare de masaj, precum și a tehnicilor neconvenționale;</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>formarea capacității de a aplica corect procedeele și tehnicile de masaj la pacienții care necesită tratament în această direcție.</li> <li>familiarizarea studenților cu noțiunile de bază ale medicinei tradiționale orientale;</li> <li>dezvoltarea capacității de a-și doza propria energie în timpul ședințelor de masaj, dar și de a-și regla intensitatea și ritmul de aplicare a procedeele în funcție de</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>particularitățile zonei masate, afecțiune și vârsta pacientului;</li> <li>formarea deprinderii de a concepe protocoale de masaj, care să deservească planul de tratament al fiecărui pacient în parte.</li> <li>cunoașterea principiilor și regulilor de aplicare ale masajului în diverse afecțiuni;</li> </ul>
--	---

## 8. Conținuturi

8.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Masajul: generalități, scurt istoric, structuri implicate în masaj. Indicațiile și contraindicațiile masajului	2	Prelegere	Calculator/ videoproiector
2	Procedeele principale de masaj: netezirea, fricțiunea, frământatul, tapotamentul, vibrațiile	4	Prelegere	Calculator/ videoproiector
3	Procedeele secundare de masaj: cernutul, rulatul, presiunile, tensiunile, tracțiunile, scuturările	2		
4	Influențele masajului asupra organismului: influența asupra pielii, țesutului conjunctiv, aparatului locomotor, circulației sângelui și limfei, sistemului nervos, organe profunde	2		
5	Bazele generale ale masajului sportiv; aplicațiile masajului în sport Masajul în accidente din activitatea sportivă	2		
6	Automasajul: considerații tehnice, metodice. Automasajul membrilor superioare, inferioare, trunchiului, cefei	2		
7	Masajul în afecțiunile neurologice centrale și periferice	2		
8	Masajul în afecțiunile pediatrie și geriatrie	2		
9	Masajul în afecțiunile metabolice, digestive și endocrine	2		
10	Masajul în afecțiunile aparatului cardiovascular și respirator	2		
11	Masajul în afecțiunile reumatismale	2		
12	Masajul în afecțiunile ortopedico-traumatice	2		
13	Masajul în oboseală	2		
Bibliografie				
<ul style="list-style-type: none"><li>Chiruță I., Postolică V., <i>Incursiune în reflexoterapie</i>, Edit. Polirom, Iași, 1998;</li><li>Cordun, M., <i>Masaj tehnici și aplicații în sport</i>, Bucuresti, 1992;</li><li>Cordun, M., <i>Kinetologie medicală</i>, Edit. Axa, București, 1999;</li><li>Cordun, M., <i>Masajul (tehnici și aplicații în sport)</i>, Edit. MTS, București, 1999;</li><li>Diaconu, A., <i>Manual de tehnică a masajului terapeutic</i>, Edit. Medicală, București, 2009;</li><li>Dragan, I., Petrescu O. (1993). <i>Masaj – Automasaj</i>, Ed. Editis, Bucuresti, 1993;</li><li>Drăgan, I., <i>Cultură fizică medicală</i>, Edit. Sport Turism, București, 1981;</li><li>Drăgan, I., <i>Masajul și refacerea la sportivi</i>, Edit. Cucuteni, București, 1996;</li><li>Gillanders, A., <i>Alinare și vindecare prin reflexoterapie</i>, Edit. Niculescu, București, 2003;</li><li>Ilie, G., <i>Masajul, o terapie completă</i>, Ed. Pro Dao, București, 2014;</li><li>Ionescu, A., <i>Masajul</i>, Editura All, București, 1994;</li><li>Ivan, S., <i>Masoterapie practică</i>, Ed. Meteor Press, București, 2010;</li><li>Mârza, D., <i>Metode speciale de masaj</i>, Edit. Plumb, Bacău, 1998;</li><li>Mârza, D., <i>Reflexologia în kinetoterapie</i>, Edit. Symbol, Bacău, 1998;</li><li>Namikoshi, T., <i>Shiatsu și stretching</i>, Edit. Teora, București, 1998;</li><li>Rabolu, E., <i>Masaj și tehnici complementare de masaj</i>, Edit.Universitaria, Craiova, 2009;</li><li>Schafer, C., <i>Shiatsu Masajul care vindecă</i>, Edit. Niculescu, București, 2003;</li><li>Zhaoguang, C., <i>Masaj pentru sănătate</i>, Ed. Meteor Press, București, 2015.</li></ul>				
8.2. Aplicații –Laborator		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Inventarul și necesarul desfășurării lucrărilor practice; Noțiuni introductive de igienă a maseurului și a pacientului.	2	Demonstrația	materiale bibliografice banchete de masaj, unguente , uleiuri de masaj
2	Procedeele principale de masaj: efleurajul, fricțiunea, frământatul, tapotamentul, vibrațiile	2		
3	Procedeele secundare de masaj: cernutul, rulatul, presiunile, tracțiunile, tensiunile, scuturările, procedee diverse (pensările, ciupiturile)	2		
4	Masajul spatelui: poziționarea pacientului, aplicarea procedeelelor	2		
5	Masajul membrilor inferioare și a membrilor superioare pe partea anterioară și pe partea posterioară	2		
6	Masajul peretelui abdominal și al peretelui toracic	2		
7	Automasajul	2		
Bibliografie				
<ul style="list-style-type: none"><li>Cordun, M., <i>Masajul (tehnici și aplicații în sport)</i>, Edit. MTS, București, 1999;</li><li>Diaconu, A., <i>Manual de tehnică a masajului terapeutic</i>, Edit. Medicală, București, 2009;</li><li>Dragan, I., Petrescu O., <i>Masaj – Automasaj</i>, Ed. Editis, Bucuresti, 1993;</li><li>Ionescu, A., <i>Masajul</i>, Editura All, București, 1994;</li><li>Ivan, S., <i>Masoterapie practică</i>, Ed. Meteor Press, Bucuresti, 2010;</li></ul>				

- Mârza, D., *Metode speciale de masaj*, Edit. Plumb, Bacău, 1998;
- Mârza, D., *Reflexologia în kinetoterapie*, Edit. Symbol, Bacău, 1998;
- Namikoshi, T., *Shiatsu și stretching*, Edit. Teora, București, 1998;
- Rabolu, E., *Masaj și tehnici complementare de masaj*, Edit. Universitaria, Craiova, 2009;
- Zhaoguang, C., *Masaj pentru sănătate*, Ed. Meteor Press, București, 2015.

**9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori din domeniul aferent programului**

Competențele dobândite la disciplină permit absolvenților să completeze activitățile de terapie ocupațională în centre de îngrijire și asistență socială, ONG-uri, etc.

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Evaluare finală	Probă scrisă – test grilă	50%
10.5 Laborator	Prezență Testarea continuă pe parcursul semestrului Răspunsurile finale la lucrările practice de laborator	Înregistrare prezență laborator Participare la activitățile practice Probă orală – întrebări teoretice și exemplificări practice	10% 20% 20%
10.6 Standard minim de performanță	3 puncte acumulate din evaluarea activităților periodice și 2 puncte la evaluarea finală; Nota 5 la testul de verificare și rezolvarea în proporție de 50% a cerințelor de la lucrările de laborator		

Data completării  
1 octombrie 2016

Titular de curs,  
Lect. univ. dr. Rabolu Elena

Titular de laborator,  
Lect. univ. Rabolu Elena

Data aprobării în Consiliul departamentului,  
15 octombrie 2016

Director de departament,  
(prestator)  
Prof. univ. dr. Ciucurel Constantin

Director de departament,  
(beneficiar),  
Prof. univ. dr. Ciucurel Constantin