

FIȘA DISCIPLINEI

Profilaxia și recuperarea traumatismelor în sport

Anul universitar 2021-2022

1. Date despre program

1.1	Instituția de învățământ superior	Universitatea din Pitești
1.2	Facultatea	Științe, Educație Fizică și Informatică
1.3	Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4	Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5	Ciclul de studii	Master
1.6	Programul de studiu / calificarea	Performanță în Sport / Profesor în învățământul liceal, postliceal

2. Date despre disciplină

2.1	Denumirea disciplinei					Profilaxia și recuperarea traumatismelor în sport					
2.2	Titularul activităților de curs					Conf.univ.dr. Butnariu Mihaela					
2.3	Titularul activităților de seminar / laborator					-					
2.4	Anul de studii	II	2.5	Semestrul	1	2.6	Tipul de evaluare	Examen	2.7	Regimul disciplinei	A

3. Timpul total estimat

3.1	Număr de ore pe săptămână	1	3.2	din care curs	1	3.3	S / L / P	-
3.4	Total ore din planul de învăț.	14	3.5	din care curs	14	3.6	S / L / P	-
Distribuția fondului de timp alocat studiului individual								86 ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe								25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren								20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri								25
Tutorat								6
Examinări								4
Alte activități								6
3.7	Total ore studiu individual	86						
3.8	Total ore pe semestru	100						
3.9	Număr de credite	4						

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1	De curriculum	Cunoștințele generale dobândite în anii anteriori de studiu
4.2	De competențe	Capacitate de documentare și concepție-editare

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1	De desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector
5.2	De desfășurare a laboratorului	Sală dotată cu videoproiector

6. Competențe specifice vizate

Competențe profesionale	<p>C1. Proiectarea modulară (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară</p> <p>C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială)</p> <p>C3. Evaluarea creșterii, dezvoltării fizice și a motricității, potrivit cerințelor și modelelor specifice / ramură de sport</p> <p>C4. Descrierea, explicarea și demonstrarea conținuturilor specifice pe ramură de sport</p>
Competențe transversale	-

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general al disciplinei	- disciplina are ca obiectiv general însușirea de către studenții la master a noțiunilor teoretice și practice legate, pe de o parte de profilaxia traumatismelor sportive iar, pe de altă parte, de bazele recuperării în traumatologia sportivă.
7.2 Obiectivele specifice	<p>Obiective cognitive:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Cunoașterea modalităților de prevenire a accidentărilor în sport. -Însușirea tehnicilor și metodelor de recuperare în afecțiunile traumatice ale părților moi. -Însușirea tehnicilor și metodelor de recuperare în afecțiunile traumatice ale articulațiilor. -Însușirea tehnicilor și metodelor de recuperare în afecțiunile traumatice ale oaselor. -Însușirea și aplicarea corectă a unor programe profilactice în vederea evitării producerii traumatismelor sportive. <p>Obiective procedurale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Folosirea corectă a noțiunilor specifice disciplinei. - Corelarea unor cunoștințe asimilate anterior cu anumite aspecte ale profilaxiei și recuperării traumatismelor în sportul de performanță. <p>Obiective atitudinale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Conștientizarea importanței pe care o are luarea tuturor măsurilor necesare pentru prevenirea

	accidentelor în sport. - Formarea unei atitudini responsabile pentru eliminarea, pe cât posibil, a factorilor predispozanți și favorizanți care pot determina producerea traumatismelor în practica sportivă.
--	--

8. Conținuturi

8.1. Curs		Nr. ore	Metode de predare	Observații Resurse folosite
1	Traumatologia sportivă – definiție, clasificare, factori predispozanți, favorizanți și declanșanți ai traumatismelor sportive	2	- prelegerea interactivă; - metode intuitive de video – proiecție	calculator videoproector
2	Efortul în activitățile sportive Adaptarea miocardului și a sistemului pulmonar la efort	2		
3	Recuperarea traumatismelor sportive Traumatisme specifice diferitelor ramuri sportive	2		
4	Recuperarea afecțiunilor traumatice ale părților moi	2		
5	Recuperarea afecțiunilor traumatice ale articulațiilor	2		
6	Recuperarea afecțiunilor traumatice ale oaselor	2		
7	Profilaxia accidentărilor în sport	2		

Bibliografie:

1. Bompa O. Tudor (2001), *Teoria și metodologia – Periodizarea antrenamentului sportiv* Editura CNFPA (Centrul Național de Formare și Perfecționare a antrenorilor), București;
2. Butnariu M., *Profilaxia și recuperarea traumatismelor în sport – curs uz intern*, Studii universitare de masterat – Programul Performanță în Sport;
3. Dragan, I. (2002), *Medicina sportivă*, Editura Medicală, București;
4. Georgescu L.I. (2006), *Prim ajutor și traumatologie sportivă aplicată*, Editura Universitaria, Craiova;
5. Germain-Calais B. (2009), *Anatomie pentru mișcare. Introducere în analiza tehnicilor corporale*, Editura Polirom, Iași;
6. Ianc D., Mircea C., (2012), *Biomecanica și patomecanica genunchiului*, Editura Universității din Oradea;
7. Manole V. (2009), *Kinetoterapia afecțiunilor din activitatea sportivă de performanță*, Editura Pim, Iași;
8. Mârza D. (2005), *Kinetoprofilaxie primară*, Editura Tehnopress, Iași
9. Popescu R., Florea M., (2008), *Recuperarea în ortopedie – note de curs*, Editura Medicală Universitară Craiova;
10. Puiu O., Puiu G., Anghel S., (2010), *Ortopedie și traumatologie – curs teoretic*, Editura Universității din Pitești;
11. Sabău E. (2008), *Refacere – Recuperare Kinetoterapie în activitatea sportivă*, Editura Fundației România de mâine, București;

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

Disciplina „Profilaxia și recuperarea traumatismelor în sport” oferă studenților posibilitatea de a cunoaște și de a aplica în activitatea profesională viitoare cele mai eficiente mijloace pentru prevenirea producerii traumatismelor în activitatea sportivă și recuperarea acestora din perspectiva antrenorului.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Înșușirea conținutului cursului, gradul de asimilare a limbajului de specialitate și coerența tratării subiectelor.	Evaluare orală	50%
		Participarea interactivă a studenților la activitatea de curs	20%
	- Referat ca temă de casă	Referate cu teme recomandate de cadrul didactic (temă de casă)	30%
10.5 Seminar / Laborator / Tema de casă	-	-	-
10.6 Standard minim de performanță	- 2,5 puncte acumulate din îndeplinirea activităților referitoare la participarea interactivă la curs și tema de casă (îndeplinirea în proporție de 50% a cerințelor) și 2,5 puncte obținute la evaluarea finală orală (obținerea notei 5).		

Data completării
30.09.2021

Titular de curs,
Conf.univ.dr. Butnariu Mihaela



Data aprobării în Consiliul departamentului,
30.09.2021

Director de departament,
(prestator)
Conf.univ.dr. Mihăilescu Liviu

Director de departament,
(beneficiar),
Conf.univ.dr. Mihăilescu Liviu

.....

.....