



FIȘA DISCIPLINEI

Activități fizice adaptate, anul universitar 2024-2025

1. Date despre program

| | | |
|-----|-----------------------------------|---|
| 1.1 | Instituția de învățământ superior | Universitatea Națională de Știință și Tehnologie POLITEHNICA București, Centrul Universitar Pitești |
| 1.2 | Facultatea | Științe, Educație fizică și Informatică |
| 1.3 | Departamentul | Asistență Medicală și Kinetoterapie |
| 1.4 | Domeniul de studii | Știința Sportului și Educației Fizice |
| 1.5 | Ciclul de studii | Master |
| 1.6 | Programul de studii / Calificarea | Kinetoterapia la persoanele cu dizabilități |

2. Date despre disciplină

| | | | | | | | | | | | | |
|---------------------------|--------------------------------------|---|-----|-----------|---|--------------------------------|-------------------|--------|-----|---------------------|-----|--|
| 2. Date despre disciplina | | | | | | | | | | | | |
| 2.1 | Denumirea disciplinei | | | | | Activități fizice adaptate | | | | | | |
| 2.2 | Titularul activităților de curs | | | | | Conf. univ. dr. Bădescu Victor | | | | | | |
| 2.3 | Titularul activităților de laborator | | | | | Conf. univ. dr. Bădescu Victor | | | | | | |
| 2.4 | Anul de studii | I | 2.5 | Semestrul | I | 2.6 | Tipul de evaluare | Examen | 2.7 | Regimul disciplinei | S/A | |

3. Timpul total estimat

| | | | | | | | | |
|--|------------------------------|-----|-----|---------------|----|-----|-----------|-----|
| 3.1 | Număr de ore pe săptămână | 2 | 3.2 | din care curs | 1 | 3.3 | laborator | 1 |
| 3.4 | Total ore din planul de inv. | 28 | 3.5 | din care curs | 14 | 3.6 | laborator | 14 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | | | | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | | | | 35 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | | | | 25 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii, eseuri | | | | | | | | 25 |
| Tutoriat | | | | | | | | 8 |
| Examinări | | | | | | | | 4 |
| Alte activități | | | | | | | | |
| 3.7 | Total ore studiu individual | 97 | | | | | | |
| 3.8 | Total ore pe semestru | 125 | | | | | | |
| 3.9 | Număr de credite | 5 | | | | | | |

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

| | | |
|-----|----------------------------|--|
| 4.1 | de curriculum | |
| 4.2 | de rezultate ale învățării | |

5. Condiții (acolo unde este cazul)

| | | |
|-----|--------------------------------|---|
| 5.1 | De desfășurare a cursului | Sală dotată cu videoprojector și ecran |
| 5.2 | De desfășurare a laboratorului | Sală de laborator dotată cu echipamente, instalații și aparatură de specialitate, calculator, Internet. |

6. Obiectivele disciplinei

| | |
|---------------------------------------|--|
| 6.1 Obiectivul general al disciplinei | Cunoașterea sistemică a caracteristicilor teoretice și metodologice ale activităților fizice și sportului adaptat. |
| 6.2 Obiectivele specifice | <ul style="list-style-type: none">înțelegerea caracteristicilor, obiectivelor și funcțiilor activităților fizice și sportului adaptat;cunoașterea elementelor de conținut ale domeniului activităților fizice adaptate și ale sportului adaptat;formarea competențelor de concepere și realizare a planificării, programării și evaluării în activități fizice adaptate și în sportul adaptat. |

7. Competențele specifice vizate și rezultatele învățării

| Competența | Cunoștințe | Aptitudini | Responsabilitate și autonomie |
|---------------------------------|--|--|--|
| C1. Oferă feedback constructiv. | Describe principiile comunicării eficiente și strategiile de oferire a unui feedback constructiv în contextul fizioterapiei. Interpretează impactul feedback-ului asupra motivației și progresului | Formulează feedback clar, obiectiv și orientat spre îmbunătățirea performanței pacienților sau a colegilor din echipă interdisciplinară. Adaptează tonul și conținutul feedback-ului în funcție de nevoile | Își asumă un rol activ în ghidarea pacienților și a cursanților, oferind recomandări relevante pentru optimizarea recuperării sau a învățării. Demonstrează autonomie în autoevaluare și îmbunătățirea propriului stil |



Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București
Centrul Universitar Pitești
Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică



| | | | |
|---|--|---|--|
| | pacienților cu dizabilități în procesul de reabilitare. | individuale ale pacientului sau ale studentului în procesul de formare. | de comunicare pentru a maximiza eficiența feedback-ului. |
| C3. Monitorizează progresele realizate în domeniul de specialitate. | Describe metodele și instrumentele de evaluare utilizate în monitorizarea progresului pacienților și a eficienței intervențiilor fizioterapeutice. Explică rolul analizei datelor clinice și al indicatorilor de performanță în optimizarea strategiilor terapeutice. | Aplică tehnici de măsurare și evaluare a progresului funcțional al pacienților, utilizând metode standardizate. Interpretează rezultatele obținute și ajustează planul de intervenție în funcție de răspunsul pacientului la tratament. | Coordonează procesul de monitorizare a progresului, asigurând colectarea și analiza corectă a datelor. Își asumă responsabilitatea îmbunătățirii continue a metodelor de evaluare, bazându-se pe cele mai recente dovezi științifice. Elaborează rapoarte detaliate privind evoluția pacienților și eficiența programelor terapeutice, contribuind la optimizarea practicii în fizioterapie. |
| C5. Dezvolta un stil de instruire. | Identifică principiile pedagogice și metodele eficiente de instruire aplicabile în fizioterapie. Recunoaște importanța personalizării strategiilor educaționale în funcție de stilurile de învățare ale cursanților. | Experimentează diferite tehnici de predare pentru a adapta procesul de instruire la nevoile studenților și pacienților. Structurează conținutul educațional într-un mod clar, logic și accesibil. Valorifică feedback-ul primit pentru a îmbunătăți metodele și stilul de instruire. | Ajustează continuu strategiile de instruire în funcție de progresul și dificultățile întâmpinate de cursanți. Modelează prin propriul exemplu bune practici didactice și profesionale în domeniul fizioterapiei. Optimizează procesul educațional prin integrarea unor metode inovative și tehnologii moderne de predare. |
| C6. Utilizează diferite canale de comunicare. | Recunoaște importanța diversificării canalelor de comunicare în funcție de contextul profesional și de publicul țintă (pacienți, studenți, echipa medicală). Analizează caracteristicile și avantajele diferitelor tipuri de comunicare (verbală, nonverbală, scrisă, digitală) în fizioterapie. | Selectează canalele de comunicare adecvate pentru a transmite eficient informațiile către pacienți, studenți și colegi. Adaptează mesajele în funcție de nivelul de înțelegere și de nevoile interlocutorului. Exersează o comunicare clară, empatică și profesională prin diverse mijloace, inclusiv întâlniri, e-mailuri, platforme online și materiale educaționale. | Coordonează utilizarea eficientă a canalelor de comunicare pentru a asigura un flux optim de informații în echipa medicală. Evaluează impactul diferitelor metode de comunicare asupra înțelegerii și colaborării dintre profesioniști și pacienți. Aplică soluții inovatoare în integrarea tehnologiilor moderne pentru îmbunătățirea comunicării în domeniul fizioterapiei. |
| C8. Oferă instruire în legătura cu măsurile de siguranță și securitate. | Describe reglementările legale și procedurile standardizate privind siguranța și securitatea în fizioterapie. Analizează importanța măsurilor de prevenire a riscurilor și protecției pacienților și personalului în cadrul activităților de reabilitare. | Instruiește personalul și pacienții cu privire la protocoalele de siguranță, inclusiv utilizarea corectă a echipamentelor și gestionarea riscurilor. Realizează sesiuni educaționale interactive pentru a asigura înțelegerea și aplicarea măsurilor de siguranță. Monitorizează respectarea măsurilor de siguranță și corectează eventualele nereguli în timpul activităților de fizioterapie. | Asigură conformitatea cu standardele de siguranță în cadrul proceselor de instruire și tratament. Dezvoltă proceduri interne pentru instruirea continuă a echipei și pacienților privind siguranța și prevenirea accidentelor. Promovează o cultură a siguranței prin evaluarea continuă a riscurilor și îmbunătățirea constantă a protocolului de securitate |



Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București
Centrul Universitar Pitești
Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică



| | | | |
|--|--|---|---|
| C9. Promovează sănătatea. | Stabilește relația dintre prevenirea bolilor și menținerea unui stil de viață sănătos în contextul fizioterapiei. Identifică factorii care influențează sănătatea pacienților și aplică strategii educaționale adecvate pentru promovarea unei vieți sănătoase. | Elaborează programe de prevenție și educație pentru sănătate destinate pacienților, adaptate nevoilor acestora. Promovează comportamente sănătoase prin consiliere și instruire, în vederea îmbunătățirii calității vieții pacienților. | Inițiază campanii educaționale și programe comunitare pentru promovarea sănătății la nivelul populației sau al pacienților. Contribuie la crearea unor strategii durabile pentru prevenirea bolilor și optimizarea stării de sănătate prin intervenții fizioterapeutice. |
| C10. Furnizează practica clinică avansată în fizioterapie. | Compară cele mai recente cercetări și tehnici avansate în fizioterapie, aplicabile în diverse condiții patologice și reabilitare. Identifică intervențiile clinice adecvate pentru cazuri complexe și personalizate, bazate pe dovezi științifice. | Aplică tehnici avansate de fizioterapie în evaluarea și tratamentul pacienților cu afecțiuni complexe. Integrează diverse modalități terapeutice pentru a personaliza planurile de tratament, monitorizând progresul pacientului în mod constant. | Coordonează practica clinică avansată, asigurându-se că sunt respectate standardele etice și profesionale ale fizioterapiei. Dezvoltă planuri de tratament personalizate, demonstrând autonomie în deciziile clinice și în gestionarea cazurilor complexe. Monitorizează progresul pacienților și evaluează eficiența intervențiilor, ajustându-le în funcție de necesitățile acestora. |
| CT1. Își asuma responsabilitatea. | Recunoaște importanța responsabilității personale și profesionale în contextul practicii fizioterapeutice și educaționale. Analizează cadrul legal și etic al profesiei, precum și implicațiile deciziilor luate în tratamentele pacienților. | Demonstrează un comportament profesional prin asumarea deciziilor și rezultatelor acestora, atât în fața pacienților, cât și a echipei de lucru. La inițiativa în gestionarea sarcinilor complexe, asigurându-se că toate aspectele procesului de tratament sau învățare sunt îndeplinite la standarde înalte. | Își asumă responsabilitatea pentru propriile acțiuni și rezultatele obținute, în contextul colaborării cu alți profesioniști din domeniul medical. Acționează autonom în luarea deciziilor clinice și educaționale, având în vedere impactul acestora asupra pacienților și colegilor. |
| CT2. Gândește analitic. | Evaluează importanța abordării analitice în diagnosticarea și tratamentul afecțiunilor pacientului, utilizând datele clinice și rezultatele evaluărilor. Stabilește metodele de analiză a informațiilor pentru identificarea celor mai eficiente intervenții terapeutice în fizioterapie. | Evaluează informațiile disponibile și elaborează soluții bazate pe o analiză detaliată a contextului clinic, istoricului pacientului și datelor științifice. Descompune problemele complexe în componente mai simple pentru a facilita identificarea celor mai eficiente intervenții și soluții. | Își asumă responsabilitatea pentru procesul analitic, asigurându-se că deciziile sunt bine fundamentate și justificate științific. Acționează autonom în utilizarea abilităților analitice pentru a răspunde provocărilor și schimbărilor în tratamentele fizioterapeutice. |
| CT3. Protejează sănătatea celorlalți. | Describe principiile fundamentale ale sănătății publice și importanța prevenției în protejarea sănătății pacienților și a comunității. Analizează reglementările și protocoalele de siguranță aplicabile în fizioterapie pentru a minimiza riscurile și a preveni accidentele. | Aplică măsuri de siguranță și prevenire, atât în tratamentele individuale ale pacienților, cât și în activitățile educaționale. Promovează comportamente sănătoase în rândul pacienților și al echipelor de lucru, prin educație și exemplu personal. | Își asumă responsabilitatea de a asigura siguranța pacienților, colegilor și a întregii echipe în timpul procedurilor fizioterapeutice. Dezvoltă și menține practici de siguranță în mediul clinic, demonstrând autonomie în luarea deciziilor care vizează protejarea sănătății celorlalți. |



| | | | |
|-------------------------------|--|--|---|
| CT4. Instruiește pe ceilalți. | Stabilește principii și tehnici pedagogice eficiente aplicabile instruirii în fizioterapie. Compară diverse stiluri de învățare și adaptează strategii educaționale pentru a răspunde nevoilor fiecărui cursant sau pacient. | Concepe și structurează sesiuni de instruire clare și eficiente, utilizând diverse metode și instrumente didactice. Împărtășește cunoștințele și abilitățile în mod clar și accesibil, adaptându-le la nivelul de înțelegere al celor instruiți. | Dezvoltă programe educaționale și sesiuni de formare continuă pentru colegi și pacienți, demonstrând autonomie în gestionarea procesului de instruire. Ghidează și sprijină dezvoltarea profesională a celor care învață, asumându-și responsabilitatea pentru succesul acestora. |
|-------------------------------|--|--|---|

8. Conținuturi

| 8.1. Curs | | Nr. ore | Metode de predare | Observații Resurse folosite |
|--|---|---------|--|---|
| 1 | Acivitățile fizice adaptate ca activitate fizică formativă | 2 | Prelegerea, Dezbaterea | Calculator, Videoproiector |
| 2 | Metodica activităților fizice adaptate | 2 | Prelegerea, Dezbaterea | Calculator, Videoproiector |
| 3 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele cu deficiențe de vedere sau auz | 2 | Prelegerea, Dezbaterea | Calculator, Videoproiector |
| 4 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele cu deficiențe motorii | 2 | Prelegerea, Dezbaterea | Calculator, Videoproiector |
| 5 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele cu deficiență mintală | 2 | Prelegerea, Dezbaterea | Calculator, Videoproiector |
| 6 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele defavorizate social | 2 | Prelegerea, Dezbaterea | Calculator, Videoproiector |
| 7 | Sisteme competiționale în sportul adaptat | 2 | Prelegerea, Dezbaterea | Calculator, Videoproiector |
| Bibliografie Bădescu, V., Note de curs – Activități fizice adaptate, uz intern, 2020. Dragnea, A., Bota, Aura, Teoria activităților motrice, Editura didactică și Pedagogică, București, 1999. Dragnea, A., Teodorescu, Silvia, Bota, Aura, Stănescu, Monica, Șerbănoiu, S., Tudor, V., Educație fizică și sport – teorie și didactică, Editura FEST, București, 2006. Horghidan, Valentina, Problematika psihomotricității, Editura Globus, București, 2000. Marcu, V., Milea, Maria și Dan, Mirela, Sport pentru persoane cu handicap, Editura Triest, Oradea, 2001. Păunescu, C., Mușu, I., Psihopedagogie specială integrată, Editura ProHumanitate, București, 1997. Radu, Gh., Psihopedagogia dezvoltării școlarilor cu handicap, Editura ProHumanitate, București, 1999. Teodorescu, Silvia, Bota, Aura, Educație fizică și sport adaptat pentru persoanele cu deficiențe motorii, Editura Printech, București, 2007. Teodorescu, Silvia, Bota, Aura, Stănescu, Monica, Educație fizică și sport adaptat pentru persoane cu deficiențe senzoriale, mintale și defavorizare social, Editura Semne, București, 2003. Teodorescu, Silvia, Bota, Aura, Stănescu, Monica, Activități fizice adaptate pentru persoane cu deficiențe senzoriale, mintale și defavorizare social, Editura Printech, București, 2007. | | | | |
| 8.2. Aplicații: Seminar / Laborator / Teme de casă | | Nr. ore | Metode de predare | Observații Resurse folosite |
| 1 | Repere metodice pentru proiectarea activităților fizice adaptate | 2 | Expunerea / Conversația / Dezbaterea | Calculator, Internet, suport documentar, sală kinetoterapie |
| 2 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele cu deficiențe de văz | 2 | Expunerea / Conversația / Dezbaterea | Calculator, Internet, suport documentar, sală kinetoterapie |
| 3 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele cu deficiențe de auz | 2 | Expunerea / Conversația / Dezbaterea / Exersarea / Lucrul în echipă | Calculator, Internet, suport documentar, sală kinetoterapie |
| 4 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele cu deficiență mintală | 2 | Expunerea / Conversația / Dezbaterea / Exersarea / Lucrul în echipă | Calculator, Internet, suport documentar, sală kinetoterapie |



Universitatea Națională de Știință și Tehnologie Politehnica București
Centrul Universitar Pitești
Facultatea de Științe, Educație Fizică și Informatică



| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 5 | Acivitățile fizice adaptate pentru persoanele defavorizate social | 2 | Expunerea / Conversația / Dezbateră / Exersarea / Lucrul în echipă | Calculator, Internet, suport documentar, sală kinetoterapie |
| 6 | Repere metodice în pregătirea persoanelor cu deficiențe motorii | 4 | Expunerea / Conversația / Dezbateră / Exersarea / Lucrul în echipă | Calculator, Internet, suport documentar, sală kinetoterapie |
| 7 | | | Expunerea / Conversația / Dezbateră / Exersarea / Lucrul în echipă | Calculator, Internet, suport documentar, sală kinetoterapie |

Bibliografie

Bădescu, V., Caiet de lucrări practice – activități fizice adaptate, uz intern, 2020.
Marcu, V., Milea, Maria și Dan, Mirela, Sport pentru persoane cu handicap, Editura Triest, Oradea, 2001.
Teodorescu, Silvia, Bota, Aura, Stănescu, Monica, Educație fizică și sport adaptat pentru persoane cu deficiențe senzoriale, mintale și defavorizare social, Editura Semne, București, 2003.
Teodorescu, Silvia, Bota, Aura, Stănescu, Monica, Activități fizice adaptate pentru persoane cu deficiențe senzoriale, mintale și defavorizare social, Editura Printech, București, 2007.

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

Conținutul disciplinei a fost ajustat în urma schimbului de bune practici cu cadrele didactice din alte universități, prin participarea la conferințe și simpozioane științifice. De aceea acest conținut este în concordanță atât cu așteptările comunității epistemice, cât și cu cerințele angajatorilor din domeniu, pentru a facilita incluziunea pe piața muncii a viitorilor absolvenți.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Puncte pe activitate |
|---|---|-----------------------------|---------------------------|
| 10.4 Curs | Nivelul de cunoaștere al sistemului de cunoștințe teoretice și aplicative ale cercetării științifice specifice kinetoterapiei | Verificare scrisă | 50% |
| 10.5 Seminar / Laborator / Tema de casă | 1. Participarea activă la activitățile de laborator | 1. Implicarea în activități | 10% |
| | 2. Cunoașterea și înțelegerea problematicei domeniului | 2. Teme, Portofoliu | 40% |
| 10.6. Condiții de promovare Punctajul minim pentru promovarea disciplinei este de 50 puncte. Punctajul total se transformă în notă întreagă prin împărțire la 10 și rotunjire. Studentul trebuie să participe la evaluarea finală, în regim față în față, fără impunerea unui punctaj minim la evaluarea finală. | | | |

Data completării
26.09.2024

Titular de curs,
Conf.univ.dr. Bădescu Victor

Titular de seminar / laborator,
Conf.univ.dr. Bădescu Victor

Data aprobării în Consiliul departamentului,
26.09.2024

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

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

Data aprobării în Consiliul FSEFI,
30.09.2024

Decan FSEFI,
Conf.univ.dr. Julien Leonard FLEANCU