

PLAN DE ÎNVĂȚĂMÂNT
al promoției 2023 - 2025

Universitatea Transilvania din Brașov

| | |
|--|--|
| Programul de studii universitare de masterat | <u>PROFILAXIE ȘI RECUPERARE MOTRICĂ ȘI SOMATO-FUNCȚIONALĂ PRIN EXERCİȚIU FIZIC</u> |
| Domeniul fundamental | <u>ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE</u> |
| Domeniul de studii universitare de masterat | <u>ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE</u> |
| Facultatea | <u>EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTURI MONTANE</u> |
| Durata studiilor | <u>2 ani</u> |
| Forma de învățământ: | <u>cu frecvență (IF)</u> |
| Tipul programului de masterat: | <u>profesional</u> |

CONFORM CU
ORIGINALUL



1. DESCRIEREA PROGRAMULUI

Obiectivul general al programului de studii este de a pregăti specialiști în profilaxie și recuperare motrică și somato-funcțională prin exercițiu fizic, echipați cu cunoștințe, abilități și competențe avansate pentru a dezvolta, implementa și evalua programe de intervenție fizică personalizate și eficiente. Scopul este de a asigura o îngrijire integrată și de calitate pentru pacienți de diferite vârste și categorii de nevoi, contribuind la îmbunătățirea sănătății și a calității vieții acestora prin intermediul exercițiilor fizice și a terapiei motorii. Programul de studii oferă calificarea în Profilaxie și recuperare motrică și somato-funcțională prin exercițiu fizic și este înscris în Registrul Național al Calificărilor din Învățământul Superior, cu codul RO/07/1014/007.

Ocupații vizate: Cod: 226406 - profesor de cultură fizică medicală.

Profilul de competențe dezvoltat în concordanță cu nevoile identificate pe piața muncii și cu cadrul național al calificărilor, precum și rezultatele învățării asociate acestor competențe sunt prezentate sintetic mai jos.

Prezentarea detaliată a acestora se regăsește în fișele disciplinelor din planul de învățământ.

2. OBIECTIVE DE FORMARE ȘI COMPETENȚE

Competențe profesionale și rezultate ale învățării

Cp.1 Evaluarea și diagnosticarea deficiențelor motrice și somato-funcționale

R.Î. 1.1. Absolventul utilizează metode avansate de evaluare pentru a identifica deficiențele motrice, somato-funcționale și riscurile potențiale ale pacienților de diferite vârste și categorii de nevoi, contribuind astfel la un demers de profilaxie adecvată.

R.Î. 1.2. Absolventul interpretează datele de evaluare pentru a stabili diagnoze precise și a dezvolta planuri de tratament personalizate, inclusiv măsuri de profilaxie pentru a preveni recurențele.

R.Î. 1.3. Absolventul utilizează tehnologie de ultimă generație și instrumente specializate pentru a efectua evaluări precise și obiective, ajutând la identificarea precoce a problemelor de sănătate fizică.

Cp.2 Proiectarea și implementarea programelor de recuperare prin exercițiu fizic

R.Î. 2.1. Absolventul dezvoltă programe de profilaxie și recuperare prin exercițiu fizic personalizate, pentru a preveni complicațiile și pentru a îmbunătăți calitatea vieții pacienților.

R.Î. 2.2. Absolventul utilizează cunoștințele avansate în domeniul kinetoterapiei pentru a planifica și implementa tratamente bazate pe exercițiu fizic, eficiente, sigure și care integrează măsuri de profilaxie/recuperare.

R.Î. 2.3. Absolventul integrează terapii bazate pe exerciții fizice cu componentă de profilaxie sau planuri de recuperare, contribuind la menținerea și îmbunătățirea stării de sănătate a pacienților pe termen lung.

Cp.3. Evaluarea eficacității și calității programelor de recuperare motrică și somato-funcțională prin intermediul exercițiului fizic

R.Î. 3.1. Absolventul evaluează în mod regulat progresele și schimbările în starea de sănătate a pacienților, inclusiv efectele măsurilor de profilaxie, pentru a ajusta planurile de tratament bazate pe exercițiu fizic.

R.Î. 3.2. Absolventul utilizează date obiective pentru a măsura impactul programelor de recuperare prin exercițiu fizic, cu accent pe profilaxie asupra sănătății și calității vieții pacienților.

R.Î. 3.3. Absolventul dezvoltă abilități de cercetare pentru a contribui la dezvoltarea cunoștințelor în domeniul profilaxiei și recuperării motrice și somato-funcționale, facilitând astfel promovarea sănătății și prevenirea problemelor de sănătate.

CONFORM CU
ORIGINALUL



Competențe transversale și rezultate ale învățării

Ct.1. Comunicarea și cooperarea interprofesională în contextul Profilaxiei și recuperării motrice și somato-funcționale

R.Î. 1.1. Absolventul colaborează eficient cu alți profesioniști din domeniul sănătății pentru a dezvolta și implementa planuri de tratament integrate și coordonate.

R.Î. 1.2. Absolventul comunică în mod eficient cu pacienții și familiile acestora, oferind explicații clare și consiliere în timpul procesului de tratament kinetoterapeutic.

R.Î. 1.3. Absolventul lucrează în echipă pentru a asigura furnizarea de îngrijiri de calitate și pentru a susține pacienții în procesul de recuperare. Comunicarea și cooperarea interprofesională în contextul activităților motrice formale și non-formale.

Ct.2. Dezvoltarea profesională continuă și cercetarea în domeniul profilaxiei, recuperării motrice și somato-funcționale

R.Î. 2.1. Absolventul planifică și urmărește dezvoltarea sa profesională continuă, inclusiv participarea activă în cercetarea și diseminarea rezultatelor studiilor privind profilaxia și recuperarea motrică prin practicarea exercițiului fizic.

R.Î. 2.2. Absolventul dezvoltă abilități de cercetare pentru a contribui la avansarea cunoștințelor în domeniul profilaxiei și recuperării motrice și somato-funcționale prin studii și lucrări științifice.

R.Î. 2.3. Absolventul evaluează și adaptează practicile clinice în funcție de cercetările actuale și de cele mai bune practici în domeniul Kinetoterapiei și motricității speciale.

3. STRUCTURA PE SĂPTĂMÂNI A ANULUI UNIVERSITAR

Număr de semestre: 4 semestre.

Număr de credite pe semestru: 30 de credite

Număr de ore de activități didactice /săptămână: 14

Numărul de săptămâni pe ani de studii:

| | Activități didactice | | Sesiuni de examene | | | Vacanțe | | |
|---------|----------------------|---------|--------------------|------|----------|---------|-----------|------|
| | Sem. I | Sem. II | Iarnă | Vară | Restanțe | Iarnă | Primăvară | Vară |
| Anul I | 14 | 14 | 3 | 4 | 2 | 3 | 1 | 12 |
| Anul II | 14 | 14 | 3 | 3 | 1 | 3 | 1 | - |

4. ASIGURAREA FLEXIBILIZĂRII INSTRUIRII. CONDIȚIONĂRI

Flexibilizarea programului de studii este asigurată prin discipline opționale și discipline facultative.

Disciplinele opționale sunt propuse pentru semestrele 2-4, prin pachete de discipline de specialitate.

5. CONDIȚII DE ÎNSCRIERE ÎN ANUL DE STUDII URMĂTOR. CONDIȚII DE PROMOVARE A UNUI AN DE STUDII

Înscrierea în anul următor este condiționată de întrunirea condițiilor de promovare cuprinse în Regulamentul privind activitatea profesională a studenților.

6. CONDIȚII DE FRECVENTARE A DISCIPLINELOR FACULTATIVE

Prezentul Plan de învățământ cuprinde, pe lângă disciplinele obligatorii și la alegere (opționale) și discipline facultative.

CONFORM CU
ORIGINALUL 

7. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE MASTERAT

Condițiile de susținere a examenului de disertație sunt prezentate în Metodologia de finalizare a studiilor, aprobată de Senatul Universității. Conform acestei metodologii, prezentarea la examenul de disertație este condiționată de promovarea tuturor disciplinelor prevăzute în planul de învățământ.

EXAMENUL DE DISERTAȚIE

1. Perioada de întocmire a disertației: **semestrele 3 – 4;**
2. Perioada de finalizare a disertației: **ultimele 3 săptămâni din anul terminal;**
3. Perioada de susținere a examenului de disertație: **iunie - iulie**
4. Numărul de credite pentru susținerea disertației: **10 credite.**

CONFORM CU
ORIGINALUL



7. CERINȚE PENTRU OBTINEREA DIPLOMEI DE MASTERAT

Condițiile de susținere a examenului de disertație sunt prezentate în Metodologia de finalizare a studiilor, aprobată de Senatul Universității. Conform acestei metodologii, prezentarea la examenul de disertație este condiționată de promovarea tuturor disciplinelor prevăzute în planul de învățământ.

EXAMENUL DE DISERTAȚIE

1. Perioada de întocmire a disertației: **semestrele 3 – 4;**
2. Perioada de finalizare a disertației: **ultimele 3 săptămâni din anul terminal;**
3. Perioada de susținere a examenului de disertație: **iunie - iulie**
4. Numărul de credite pentru susținerea disertației: **10 credite.**

CONFORM CU
ORIGINALUL



Domeniul fundamental: Ştiinţa sportului şi educaţiei fizice

Domeniul de masterat: Ştiinţa sportului şi educaţiei fizice

Durata studiilor: 2 ani

Forma de învăţământ: cu frecvenţă (IF)

Tipul masteratului: profesional

Aprobat în şedinţa
Senatului Universităţii Transilvania
din Braşov din data de
29 Septembrie 2023

ANUL I

| Nr. crt. | Discipline obligatorii | Tip* | Semestrul I | | | | | | Semestrul II | | | | | |
|----------------------------------|---|------|-------------|---|---|---|-----------|-------|--------------|---|---|---|-----------|-------|
| | | | C | S | L | P | Ver. | Cred. | C | S | L | P | Ver. | Cred. |
| 1. | Noţiuni avansate de ergofiziologie, pe grupe de vârstă | DCA | 1 | - | 1 | - | E | 4 | - | - | - | - | - | - |
| 2. | Psihologia vârstelor şi psihopatologii specifice | DCA | 1 | 1 | - | - | C | 5 | - | - | - | - | - | - |
| 3. | Teoria învăţării motrice | DAP | 2 | 1 | - | - | E | 6 | - | - | - | - | - | - |
| 4. | Tehnici de intervenţie kinetoterapeutică în mediul şcolar | DAP | 1 | - | 1 | - | E | 4 | - | - | - | - | - | - |
| 5. | Management şi marketing în promovarea stării de sănătate prin exerciţiu fizic | DSI | 1 | 1 | - | - | C | 5 | - | - | - | - | - | - |
| 6. | Kinetoprofilaxia şi kinetoterapia în bolile metabolice | DSI | 1 | 2 | - | - | C | 6 | - | - | - | - | - | - |
| 7. | Etică şi deontologie în Ştiinţa Sportului şi Educaţiei Fizice | DSI | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | - | C | 2 |
| 8. | Noţiuni avansate de biomecanică şi cinematică a mişcării | DSI | - | - | - | - | - | - | 1 | 1 | - | - | E | 5 |
| 9. | Antropologie motrică | DSI | - | - | - | - | - | - | 1 | 1 | - | - | E | 5 |
| 10. | Practică (stagiu clinic) | DSI | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 2 | C | 4 |
| Total ore discipline obligatorii | | | 7 | 5 | 2 | - | 3E/ 3C | 30 | 3 | 2 | - | 2 | 2E/ 2C | 16 |
| | | | 14 | | | | | 30 | 7 | | | | | 16 |

| Nr. crt. | Discipline opţionale | Tip | Semestrul I | | | | | | Semestrul II | | | | | |
|--|---|-----|-------------|---|---|---|------|-------|--------------|---|---|---|------|-------|
| | | | C | S | L | P | Ver. | Cred. | C | S | L | P | Ver. | Cred. |
| Se alege câte o disciplină din fiecare pachet: | | | | | | | | | | | | | | |
| Pachet opţional 1 | | | | | | | | | | | | | | |
| 11. | Nutriţie în sportul de performanţă | DCA | - | - | - | - | - | - | 2 | - | 2 | - | E | 8 |
| | Kinetoterapia în obezitate | DCA | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| Pachet opţional 2 | | | | | | | | | | | | | | |
| 12. | Strategii operaţionale de prevenţie şi recuperare a stării de sănătate prin mişcare | DSI | - | - | - | - | - | - | 1 | 2 | - | - | C | 6 |

| | | | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|---|---|-----------|----|----|---|---|---|--|-----------|-----------|----|--|
| Sănătate fizică, psihică și socială prin activități motrice | DSI | | | | | | | | | | | | | |
| Total ore discipline opționale pe săptămână | - | - | - | - | - | - | 3 | 2 | 2 | | | 1E/ 1C | 14 | |
| | 0 | | | - | - | | 7 | | | | | 1E/ 1C | 14 | |
| Total | 14 | | | 3E/ 3C | 30 | 14 | | | | | 3E/ 3C | 30 | | |

Legendă:

Tip* = tipul de disciplină:

DCA – discipline de cunoaștere avansată

DAP – discipline de aprofundare

DSI – discipline de sinteză

Prof. dr. ing. Abrudan Ioan Vasile,

Rector



Conf. dr. Turcu Ioan,

Decan

Conf. dr. Nechita Florentina,

Director de departament

Conf. dr. Nechita Florentina,

Coordonator program de studii

CONFORM CU
ORIGINALUL

prin exercițiu fizic

Domeniul fundamental: Știința sportului și educației fizice

Domeniul de masterat: Știința sportului și educației fizice

Durata studiilor: 2 ani

Forma de învățământ: cu frecvență (IF)

Tipul masteratului: profesional

ANUL II

| Nr. crt. | Discipline obligatorii | Tip* | Semestrul III | | | | | | Semestrul IV | | | | | |
|----------------------------------|--|------|---------------|---|---|-----------|-----------|-------|--------------|---|---|---|------|-------|
| | | | C | S | L | P | Ver. | Cred. | C | S | L | P | Ver. | Cred. |
| 1. | Kinetoprofilaxia și kinetoterapia locomotorie, pe grupe de vârstă | DCA | 2 | - | 1 | - | E | 6 | - | - | - | - | - | - |
| 2. | Kinetoterapia în recuperarea patologiei cardio-vasculare, la diferite vârste | DCA | 1 | 1 | - | - | E | 4 | - | - | - | - | - | - |
| 3. | Kinetoterapia hemiparezelor și hemiplegiilor | DCA | 1 | - | 1 | - | E | 5 | - | - | - | - | - | - |
| 4. | Practică (stagiul clinic) | DSI | - | - | - | 2 | C | 4 | - | - | - | - | - | - |
| Total ore discipline obligatorii | | | 4 | 1 | 2 | 2 | 3E/ 1C | 19 | - | - | - | - | - | - |
| | | | 9 | | | 3E/ 1C | 19 | - | | | - | - | | |

| Nr. crt. | Discipline opționale | Tip | Semestrul III | | | | | | Semestrul IV | | | | | |
|---|--|-----|---------------|---|---|---|------|-------|--------------|---|---|---|------|-------|
| | | | C | S | L | P | Ver. | Cred. | C | S | L | P | Ver. | Cred. |
| Se alege câte o disciplină din fiecare pachet: | | | | | | | | | | | | | | |
| Pachet opțional 1 | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. | Masaj terapeutic | DAP | 1 | - | 2 | - | E | 6 | - | - | - | - | - | - |
| | Reflexoterapie, tonifiere și înfrumusețare | DAP | | | | | | | | | | | | |
| Pachet opțional 2 | | | | | | | | | | | | | | |
| 6. | Profilaxie și recuperare sportivă în mediu acvatic | DAP | 1 | - | 1 | - | C | 5 | - | - | - | - | - | - |
| | Profilaxie acvatică pentru solicitările mediului ocupațional | DAP | | | | | | | | | | | | |
| Pachet opțional 3 | | | | | | | | | | | | | | |
| 7. | Proiect de cercetare privind kinetoprofilaxia la nivelul echipelor reprezentative sportive școlare | DAP | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | 1 | C | 4 |
| | Proiect de cercetare privind kinetoterapia la nivelul echipelor reprezentative sportive școlare | DAP | | | | | | | | | | | | |

| Pachet opțional 4 | | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|-----|----|---|-----------|----|-----------|----|----|----|---|----|----|----|
| 8 | Proiect de cercetare privind kinetoprofilaxia în mediul ocupațional | DAP | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | 1 | C | 4 |
| | Proiect de cercetare privind kinetoterapia în mediul ocupațional | DAP | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | 1 | C | 4 |
| Pachet opțional 5 | | | | | | | | | | | | | | |
| 7. | Proiect de cercetare privind kinetoprofilaxia în bolile metabolice | DAP | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | 1 | C | 4 |
| | Proiect de cercetare privind kinetoterapia în bolile metabolice | DAP | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | 1 | C | 4 |
| Pachet opțional 6 | | | | | | | | | | | | | | |
| 8. | Proiect de cercetare privind kinetoprofilaxia în geriatrie | DAP | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | 1 | C | 4 |
| | Proiect de cercetare privind kinetoterapia în geriatrie | DAP | - | - | - | - | - | - | 1 | - | - | 1 | C | 4 |
| Pachet opțional 7 | | | | | | | | | | | | | | |
| 9. | Practică pentru pregătirea disertației în kinetoprofilaxie | DSI | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 2 | C | 4 |
| | Practică pentru pregătirea disertației în mediu clinic | DSI | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 2 | C | 4 |
| Pachet opțional 8 | | | | | | | | | | | | | | |
| 10. | Elaborarea lucrării de disertație, în kinetoprofilaxie | DSI | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 4 | C | 10 |
| | Elaborarea lucrării de disertație, în mediu clinic | DSI | - | - | - | - | - | - | - | - | - | 4 | C | 10 |
| Total ore discipline opționale pe săptămână | | | 2 | - | 3 | - | 1E/ 1C | 11 | 4 | - | - | 10 | 6C | 30 |
| | | | 5 | | 1E/ 1C | 11 | 14 | | 6C | 30 | | | | |
| Total | | | 14 | | 4E/ 2C | 30 | 14 | | 6C | 30 | | | | |

Prof. dr. ing. Abrudan Ioan Vasile,

Rector



Conf. dr. Nechita Florentina,

Director de departament

Nechita

Conf. dr. Turcu Ioan,

Decan

Turcu

Conf. dr. Nechita Florentina,

Coordonator program de studii

Nechita

CONFORM CU ORIGINALUL *hsh*

Domeniul fundamental: Ştiinţa sportului şi educaţiei fizice

Domeniul de masterat: Ştiinţa sportului şi educaţiei fizice

Durata studiilor: 2 ani

Forma de învăţământ: cu frecvenţă (IF)

Tipul masteratului: profesional

BILANŢ GENERAL I

| Nr crt | Disciplina | Nr de ore | | Total | | Nr credite | |
|--------------|-------------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|-----------|
| | | An I | An II | ore | % | An I | An II |
| 1 | Obligatorii | 21 | 9 | 30 | 53,57 | 46 | 19 |
| 2 | Opţionale | 7 | 19 | 26 | 46,43 | 14 | 41 |
| TOTAL | | 28 | 28 | 56 | 100 | 60 | 60 |
| 3 | Facultative | - | - | - | - | - | - |

BILANŢ GENERAL II

| Nr crt | Disciplina | Nr de ore | | Total | | Nr credite | |
|--------------|--|-----------|-----------|-----------|------------|------------|-----------|
| | | An I | An II | ore | % | An I | An II |
| 1 | Discipline integral / parţial asistate | 26 | 22 | 48 | 85,72 | 56 | 46 |
| 2 | Practică de specialitate | 2 | 2 | 4 | 7,14 | 4 | 4 |
| 3 | Practică pentru elaborarea disertaţiei | - | 4 | 4 | 7,14 | - | 10 |
| TOTAL | | 28 | 28 | 56 | 100 | 60 | 60 |

Prof. dr. ing. Abrudan Ioan Vasile,

Rector



Conf. dr. Turcu Ioan,

Decan

Conf. dr. Nechita Florentina,

Director de departament

Conf. dr. Nechita Florentina,

Coordonator program de studii

**CONFORM CU
ORIGINALUL**