

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „TEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	TEORIA ȘI METODICA EDUCAȚIEI FIZICE ȘI SPORTULUI				
Titularul activităților de curs	Prof. univ. dr. Ghervan Petru				
Titularul activităților de seminar	Prof. univ. dr. Ghervan Petru				
Anul de studiu	I	Semestrul	1-2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DS
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativ (liber aleasă)				DO

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

I a) Număr de ore pe săptămână	8	Curs	2+2	Seminar	2+2	Laborator		Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	112	Curs	28+28	Seminar	28+28	Laborator		Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	26+26
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20+20
II c) Pregătirea seminariilor/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20+20
II d) Tutoriat	
III Examinări	3+3
IV Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	66+66
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	125+125
Numărul de credite	5+5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> -capacități motrice generale -componentele condiției fizice optime -bazele fizice ale performanței -reprezentări specifice domeniului -lucrul în echipă -punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități -dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector 	
Desfășurare aplicative	Seminar	• mod de organizare: frontal, grup, individual
	Laborator	• resurse materiale: cronometru, fluier, teren, porți, jaloane, conuri, mingi.
	Proiect	•

6. Competen e specifice acumulate

Competen e profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modular Educa ie fizic i sportiv i planificarea con inuturilor de baz ale domeniului cu orientare interdisciplinar • C2. Organizarea curriculumului integrat i a mediului de instruire i înv are, cu accent interdisciplinar Educa ie fizic i sportiv • C3. Descrierea unor procese i fenomene specifice sportului de performan ; • C4. Capacitatea de a transpune în practic informa iile dobândite; • C5. Abilit i de cercetare, creativitate; • C6. Capacitatea de a solu iona probleme;
Competen e transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Organizarea de activit i de educa ie fizic i sportive pentru persoane de diferite vârste i niveluri de preg tire în condi ii de asisten calificat , cu respectarea normelor de etic i deontologie profesional • CT2. Îndeplinirea în condi ii de eficien i eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea i desf urarea activit ilor sportive • CT3. Operarea cu programe digitale , documentarea i comunicarea într-o limb de circula ie interna ional

7. Obiectivele disciplinei (reie ind din grila competen elor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	<ol style="list-style-type: none"> 1. Însu irea no iunilor de baz privind domeniul culturii fizice. 2. Formarea deprinderilor de utilizare a terminologiei specifice 3. Formarea deprinderii de aplicare a cuno tin elor domeniului în diferite ramurii i subdomenii ale culturii fizice. <p>Formarea concep iei proprii privind apartenen a activit ilor fizice la domeniul culturii fizice i con tinentizarea locului i rolului acesteia în societate.</p>	
Obiectivele specifice	Curs	<p>1.S demonstreze gândire creativ prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbun t irea i evaluarea permanent a unor strategii proprii de prezentare a con inuturilor informa ionale; - conceperea unor modele de ac ionare i luarea unor decizii adecvate situa iilor dinamice continue; <p>-2. utilizarea unor modalit i variate de comunicare în func ie de situa iile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacit ii de transmitere, de ascultare, de în elegere a informa iilor transmise i primite; - formarea capacit ii de comunicare verbal , non-verbal i practic ; - formarea capacit ii de asimilare i utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, conven iilor diferitelor modalit ii de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. S în eleag sensul apartenen ei i responsabilit ii profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacit ii de perfec ionare i autoperfec ionare continu ; - formarea capacit ii de integrare în via a social specific sistemului de înv mânt structurat pe arii curriculare; - formarea capacit ii de responsabilitate fa de actul educativ, i fa de r spunderea form rii oamenilor <p>4. 5. S - i formeze un set de valori individuale profesionale i sociale pe care s le respecte în cariera didactic prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competen ei de a- i sus ine i argumenta p rerile, ideile; - formarea capacit ii de în elegere a influen ei mediului social i cultural asupra comportamentului.
	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> -dobândireacapacit ții de a opera cu termenii specifici; - formarea capacit ții de a analiza și alege cele mai potrivite mijloace pentru realizarea obiectivelor didactice, în situații specifice activității practice; - formarea capacit ii de a combina modalit ile de transmitere a informa iilor cu tehnologia modern ; - formarea capacit ii de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunic rii;
	Laborator	-
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 56 ore sem. I și II	56 ore	Verbale	
Obiectul de studiu al Teoriei și Metodicii educației fizice și sportive.....2 ore	2 ore	(expunerea, explicația, conversația),	
Noțiunile de bază ale Teoriei și Metodicii educației fizice și sportive.....2 ore	2 ore	Prezentarea cursului pe bază de proiecte video, transmiterea cursului pe format electronic, instruirea programată de tip liniar (Skinner)	
Categoriile Teoriei educației fizice și sportive.....4 ore	4 ore	recomandări bibliografice de actualitate	
Finalitățile, funcțiile și obiectivele educației fizice și sportive.....2 ore	2 ore		
Sistemul mijloacelor educației fizice și sportive.....2 ore	2 ore		
Componentele procesului instructiv-educativ de educație fizică și sport:			
-cunoștințele de specialitate; indicii morfofuncționali.....2 ore	2 ore		
-calitățile motrice (definiție, forme de manifestare, factori care condiționează);4 ore	4 ore		
-deprinderile și priceperile motrice(definiție, caracteristici, etapele de formare, clasificare. elemente din alte ramuri ale educației.....4 ore	4 ore		
Educația fizică și sportul în diferite perioade ale vieții			
-perioadele de dezvoltare.....2 ore	2 ore		
-principalele obiective, mijloace și forme de organizare a practicii exercițiilor fizice la diferite vârste.....2 ore	2 ore		
Educația fizică și sportul feminin.....2 ore	2 ore		
Educația fizică - definiție, funcții, obiective.....2 ore	2 ore		
Principalele forme de organizare a activității de educație fizică și sport.....1 ora	1 ora		
Principiile didactice în educație fizică și sport.....3 ore	3 ore		
Sistemul metodelor din educație fizică și sport			
Metodele de predare.....2 ore	2 ore		
Metodele de învățare.....2 ore	2 ore		
Metode de proiectare (orientări metodologice moderne).....2 ore	2 ore		
Metode de evaluare în educație fizică și sport.....1 ora	1 ora		
Metode de refacere a capacității de efort....1 ora	1 ora		
Metode de corectare a greșelilor de execuție.....1 ora	1 ora		
Procesul de predare în educație fizică și sport.....1 ora	1 ora		
Procesul de învățare în educație fizică și sport.....1 ora	1 ora		
Proiectarea activității în educație fizică și sport.....3 ore	3 ore		
Evaluarea în educație fizică și sport.....1 ora	1 ora		
Relația specialist-subiect în activitățile de educație fizică și sport.....1 ora	1 ora		
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> Mitra Gh., Mogoș A., <i>Metodica educației fizice</i>, Editura Sport-Turism, București, 1975 Scarlat E., <i>Educația fizică și sport</i>, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2003 Raș G., <i>Didactica educației fizice și sportului</i>, Editura Alma Mater, Bacău, 2004 Metodica educației fizice și sportive – Paul Fiedler Educația fizică și metodica predării ei la clasele I-IV – Stela Coman, Editura Spiru Haret, 1995 Îndrumar de educație fizică școlară, Eugeniu Scarlat, Bogdan Mihai Scarlat, Editura Didactică și Pedagogică, R.A.2006 Dumitru Colibaba Evule, Praxiologie și proiectare curriculară în educație fizică și sport, Editura Universitaria, Craiova, 2007 			
Bibliografie minimală			

1. Mitra Gh., Mogo A., *Metodica educaiei fizice*, Editura Sport-Turism, București, 1975
2. Scarlat E., *Educația fizică și sport*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2003
3. Ra G., *Didactica educației fizice și sportului*, Editura Alma Mater, Bacău, 2004
4. Dumitru Colibaba Evule, *Praxiologie și proiectare curriculară în educația fizică și sport*, Editura Universitaria, Craiova, 2007

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Seminar = 56 ore			
1. Teoria și Metodica educației fizice și sportive – discipline științifice de sinteză. Relația Teoriei și Metodicii educației fizice și sportive cu alte științe..... 2 ore	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea),	
2. Capacitatea motrică, dezvoltarea fizică – noțiuni de bază ale domeniului culturii fizice..... 4 ore	4 ore	- activitate frontală sub formă de dezbateri, prezentarea de	
3. Sportul – fenomen social. Antrenamentul sportiv, concursul sportiv și sportul pentru toți..... 4 ore	4 ore	elaborări personale a tematicilor de lucru pe grupe, analiza și	
4. Noțiuni de bază privind efortul în practicarea exercițiilor fizice..... 4 ore	4 ore	evaluarea în grup a	
5. Jocul – mijloc de bază în educația fizică și sport.....6 ore.	6 ore	elaborărilor efectuate	
6. Perioadele de vârstă și principalele particularități anatomo-fiziologice..... 4 ore	4 ore	resurse materiale: proiector, marker, laptop	
7. Dansul și unele forme de turism – mijloace de realizare a obiectivelor educației fizice 2 ore	2 ore		
8. Contribuția educației fizice și sportului la îndeplinirea obiectivelor educației generale..... 2 ore	2 ore		
9. Definiția și trăsăturile generale ale principiilor procesului instructiv-educativ de educație fizică și sport..... 4 ore	4 ore		
10. Metodele verbale și intuitive în predarea conținuturilor din educația fizică și sport..... 2 ore	2 ore		
11. Exersarea, problematizarea și studiul individual în învățarea conținuturilor din educația fizică și sport..... 4 ore	4 ore		
12. Realizarea proiectării autonome în educația fizică și sport..... 6 ore	6 ore		
13. Conceptul, obiectul, funcțiile și tipurile de evaluare 4 ore	4 ore		
14. Atribuțiile specialistului și responsabilitățile subiecților în activitățile de educație fizică și sport. Tipuri de relație specialist-subiect.....4 ore	4 ore		
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Scarlat E., <i>Educația fizică și sport</i>, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2003 2. Ra G., <i>Didactica educației fizice și sportului</i>, Editura Alma Mater, Bacău, 2004 3. Metodica educației fizice și sportive – Paul Fiedler 4. Educația fizică și metoda predării ei la clasele I-IV – Stela Coman, Editura Spiru Haret, 1995 5. Îndrumar de educație fizică școlară, Eugeniu Scarlat, Bogdan Mihai Scarlat, Editura Didactică și Pedagogică, R.A.2006 6. Dumitru Colibaba Evule, <i>Praxiologie și proiectare curriculară în educația fizică și sport</i>, Editura Universitaria, Craiova, 2007 			
Bibliografie minimală			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Scarlat E., <i>Educația fizică și sport</i>, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2003 2. Ra G., <i>Didactica educației fizice și sportului</i>, Editura Alma Mater, Bacău, 2004 3. Dumitru Colibaba Evule, <i>Praxiologie și proiectare curriculară în educația fizică și sport</i>, Editura Universitaria, Craiova, 2007 			

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru primul ciclu de formare profesională, ciclul de licență, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.

10. **Evaluare**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen scris	50%
Seminar		- colocviu individual - realizarea și susținerea practică a temelor	30%
Laborator			
Proiect		- probe de evaluare formativă (test docimologic –obligatoriu, referat/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe, dezbateri pe o temă stabilită - cel puțin una, la alegere)	20%
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni și termeni specifici disciplinei; - obținerea notei minime de 5 la testele docimologice; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile de seminar/aplicații și îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice 			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
15.09.2018	<i>Gheorghe Petru</i>	<i>Gheorghe Petru G. G. G.</i>
Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament	
28.09.2018	<i>[Semnătură]</i>	
Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului	
28.09.2018	<i>[Semnătură]</i>	

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA STEFAN CEL MARE SUCEAVA
Facultatea	EDUCATIE FIZICA SI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZIC SI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIAL

Date despre disciplin

Denumirea disciplinei	ANATOMIE FUNCȚIONAL I BIOMECHANIC					
Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Mihaela Coroam Conf. univ. dr. Benedek Florian					
Titularul activităților de seminar	Asist univ. drd. Iulian Holubiac Conf. univ. dr. Benedek Florian					
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen	
Regimul disciplinei	Categorია formativ a disciplinei DF - fundamental , DD - în domeniul, DS - de specialitate, DC - complementar					DF
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impus), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleas)					DO

2. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	8	Curs	4	Seminar	2	Laborator	2	Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	112	Curs	56	Seminar	28	Laborator	28	Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:		ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		30
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		20
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		10
II d) Tutoriat		
III Examinări		3
IV Alte activități (precizați):		

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	60
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	175
Numărul de credite	7

3. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	•

4. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	•	
Desfășurare aplicative	Seminar	•
	Laborator	•
	Proiect	•

5. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	1. <i>Cunoașterea, în alegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale anatomiei; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale anatomiei ce se adresează kinetoterapiei.</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale structurilor morfologice ale organismului uman, cu aplicate în înțelegerea și cunoașterea metodelor și tehnicilor de kinetoterapie <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea generală de bază - cunoașterea de bază necesare profesiei de kinetoterapeut.

	<p>- capacitatea de a transpune în practic cunoștințele dobândite</p> <p>2. Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului. Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea oportunităților unor programe adaptate regiunii anatomice tratate și tipului de patologie specifice kinetoterapiei.</p> <ul style="list-style-type: none"> Explicare și interpretare (explicarea și înțelegerea unor structuri anatomice, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale anatomiei) <ul style="list-style-type: none"> Definirea termenilor de specialitate și formarea unui limbaj specific adecvat domeniului; Identificarea nivelurilor de organizare structurală și funcțională a organismului și a conexiunilor dintre ele; Cunoașterea topografiei și a raporturilor dintre diferite organe și sisteme de organe în ansamblul organismului; Descrierea componentelor aparatului locomotor, a modului de alcătuire și a funcțiilor îndeplinite; <p>3. Instrumental – aplicative (proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare în domeniul anatomiei)</p> <ul style="list-style-type: none"> - capacitatea de organizare și planificare - capacitatea de evaluare și autoevaluare - abilități de cercetare.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea, în alegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvat în comunicarea profesională. <ul style="list-style-type: none"> Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale mecanismelor fiziologice și patologice ale organismului uman necesare cunoașterii și practicii în kinetoterapie. <p>Datele de anatomie permit studentului aprofundarea noțiunilor de histologie, fiziologie și mai apoi a datelor clinice, paraclinice, a metodelor moderne de investigare a corpului uman. Cunoștințele specifice dobândite asigură aprofundarea celorlalte discipline și familiarizarea cu domeniul biomedical și cu specificul lui. Ele permit înțelegerea și aplicarea principiilor și metodelor fundamentale de investigare</p>

6. Obiectivele disciplinei (reie îndin din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei		<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea structurilor corpului uman, a organizării acestora în sisteme și raporturilor dintre ele. Corelații anatomo-funcționale privind structurile corpului uman.
		<ul style="list-style-type: none"> Explorarea anatomică a structurilor corpului uman, anatomia aplicată și corelații clinice în domeniul kinetoterapiei.
Obiectivele specifice	Curs	<ul style="list-style-type: none"> Însușirea noțiunilor de osteologie, miologie, artrologie. Însușirea noțiunilor referitoare la morfologia și structura sistemului respirator, cardiovascular, nervos, digestiv, urogenital, endocrin. Cunoașterea particularităților articulațiilor corpului uman. Adaptarea informațiilor transmise studenților la specificul specializării.
	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea elementelor de anatomie descriptivă a tuturor componentelor aparatului locomotor; Corelarea elementelor de anatomie descriptivă la nivelul structurilor corespunzătoare lor. Aplicarea cunoștințelor în practica de kinetoterapie și recuperare medicală; Studiul regiunilor și spațiilor corpului uman pe segmente axiale (cap, gât, trunchi) sau apendiculare (membre) în cadrul anatomiei topografice; Explorare morfologică pe piesă preparată (cadavru).
	Proiect	

7. Conținuturi

Curs: Se va preda un curs de 2 ore săptămânal	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni introductive: <ul style="list-style-type: none"> definiția anatomiei, istoric. obiectul anatomiei. 	2	Prezentare power point/ slideuri	
2. Celula: <ul style="list-style-type: none"> definiție, structur , organite celulare. 	2	Idem	
3. Țesuturi: <ul style="list-style-type: none"> definiție, clasificare, descrierea tipurilor de țesuturi (țesut epitelial, țesut conjunctiv). 	2	Idem	
4. Aparat locomotor - Introducere în osteologie.: <ul style="list-style-type: none"> Scheletul osos, Clasificarea oaselor; Structura oaselor, țesutul osos. 	2	Idem	
5. Aparatul locomotor – Introducere în artrologie: <ul style="list-style-type: none"> Componentele anatomice ale unei articulații; Clasificarea articulațiilor; Descrierea morfologiei diferitelor tipuri de articulații. 	2	Idem	
6. Aparatul locomotor – Introducere în miologie: <ul style="list-style-type: none"> Structura anatomic a muchiului; Clasificarea mușchilor; Anexele musculare; Țesutul muscular striat, contracția musculară; Joncțiunile mușchi-tendon și tendon-os; 	2	Idem	
7. Oasele și articulațiile neurocraniului: <ul style="list-style-type: none"> Descrierea oaselor neurocraniului: <ul style="list-style-type: none"> Form ; Poziție anatomic; Fețe și margini – descriere anatomic ; Endobaza, exobaza. Descrierea articulațiilor neurocraniului; 	2	Idem	
8. Oasele și articulațiile viscerocraniului: <ul style="list-style-type: none"> Descrierea oaselor viscerocraniului: <ul style="list-style-type: none"> Form ; Poziție anatomic; Fețe și margini – descriere anatomic ; Descrierea articulațiilor viscerocraniului; 	2	Idem	
8. Mușchii capului. Vascularizația și inervația extremității cefalice: <ul style="list-style-type: none"> Descrierea mușchilor (origine, inserții, orientare); Ațiunea mușchilor capului; Vasele și nervii regionali. 	2	Idem	
9. Membrul superior – osteologie <ul style="list-style-type: none"> Oasele centurii scapulare; Oasele membrului superior liber. Descriere anatomic (epifize și diafiza: formă, poziție anatomic , fețe și margini)			
10. Membrul superior - artrologie <ul style="list-style-type: none"> articulațiile centurii scapulare; articulațiile membrului superior liber. Descriere anatomic	2	Idem	
11. Membrului inferior: osteologie <ul style="list-style-type: none"> Oasele bazinului; 	2	Idem	

<ul style="list-style-type: none"> Oasele membrului inferior liber. Descriere anatomic (epifize și diafiza: formă, poziție anatomic , fețe și margini)			
12. Membrul inferior: artrologie <ul style="list-style-type: none"> articulațiile bazinului; articulațiile membrului inferior liber. Descriere anatomic	2	Idem	
13. Evaluare practic .	2	Idem	
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> I. Ietcu , M.D. Craciun, Notiuni generale de anatomie funcțional , Editura Universității Suceava, Suceava 2005. M. Ifrim, Ed. Științifică și enciclopedică București – ATLAS DE ANATOMIE UMANA VOL. I; V. Papilian, Ed. Didactic și pedagogic București 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR; Frank H. Netter, Ed. Medical Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANA ; Niculescu C, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C., Sălăvăstru C., Ciornei C. - Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed. Corint, București 2004. RAVEICA GABRIELA, ANDRON C., Îndrumar de lucrări practice de anatomie, Ed. Edu Soft, Bacău, 2006 ; Histologie - Tratat și Atlas (JUNQUEIRA), Ed. Medical Callisto București, 2008; Atlas of Clinical Gross Anatomy, Kenneth P. Moses, MD, Pedro B. Nava, PhD, John C. Banks, PhD and Darrell K. Petersen, Ed. Medical Callisto București; Molecular Cell Biology, Harvey Lodish , Arnold Berk , Chris A. Kaiser , Monty Krieger , Matthew P. Scott , Anthony Bretscher , Hidde Ploegh and Paul Matsudaira, Ed. Medical Callisto București, 2007; Gray's Atlas of Anatomy - The Anatomical Basis of Clinical Practice, Susan Stading, Ed. Callisto, București, 2008; McMinn's color Atlas of Human Anatomy, P. H. Abrahams, S. C. Marks Jr. , R. T. Hutchings, Ed. Elsevier Science & Technology, București, 2003. 			
Bibliografie minimal			
<ul style="list-style-type: none"> V. PAPILIAN, Ed. Didactic și Pedagogic București – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR FRANK H. NETTER, Ed. Medical Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANA 			

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. VERIFICAREA CUNOȘTINȚELOR acumulate în gimnaziu și liceu. Discuții și explicații concrete pe planuri despre alcătuirea generală a corpului omului. Descrierea axelor și a planurilor de mișcare.	2	Protocol LP, discuții, demonstrații prin filme didactice și prin imagini prezentate în power point.	Lucrare interactivă
2. Trunchiul: coloana vertebrală și coastele: <ul style="list-style-type: none"> Coloana vertebrală : <ul style="list-style-type: none"> Caracterele anatomice ale vertebrei; Caractere regionale ale vertebrelor; Coloana vertebrală ca întreg – structura anatomică : Osteotoracele; 	2	Idem	Lucrare interactivă
3. Aparat locomotor – articulațiile coloanei vertebrale, articulațiile osteo-toracelui.	2	Idem	Lucrare interactivă
4. Aparatul locomotor – mușchii spatelui, planuri musculare.	2	Idem	Lucrare interactivă
5. Aparatul locomotor – miologie – mușchii abdominali. Evaluare 1	2	Idem	Lucrare interactivă
6. Endobaza și exobaza: <ul style="list-style-type: none"> Definirea noțiunilor anatomice; Oasele componente; Importanța anatomică. 	2	Idem	Lucrare interactivă
7. Membrul superior – osteologie și artrologie <ul style="list-style-type: none"> Oasele și articulațiile centurii scapulare; Oasele și articulațiile brațului, antebrăului și mâinii; 	2	Idem	Lucrare interactivă
8. Membrul superior - miologie	2	Idem	Lucrare interactivă

<ul style="list-style-type: none"> • Mu chii umrului; • Mu chii brațului; 			
9. Membrul superior – miologie: <ul style="list-style-type: none"> • Mușchi antebrăului; • Mu chii mâinii; Evaluare 2	2	Idem	Lucrare interactiva
10. Membrul inferior – osteologie și artrologie <ul style="list-style-type: none"> • Oasele și articulațiile centurii pelvine; • Oasele și articulațiile membrului inferior liber; 	2	Idem	Lucrare interactiva
11. Membrul inferior - miologie <ul style="list-style-type: none"> • Mu chii bazinului; • Mu chii coapsei; 	2	Idem	Lucrare interactiva
12. Membrul inferior - miologie <ul style="list-style-type: none"> • Mu chii gambei; • Mu chii piciorului; 	2	Idem	Lucrare interactiva
13. Grupe musculare implicate în efectuarea mișcărilor la nivelul membrelor.	2	Idem	Lucrare interactiva
14. Evaluare practică finală.	2	Idem	Lucrare interactiva

Bibliografie

- M. IFRIM, Ed. Științifică și Enciclopedică București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ VOL. I
- V. PAPILIAN, Ed. Didactică și Pedagogică București – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR
- FRANK H. NETTER, Ed. Medical Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ
- GRAY'S ANATOMY – THE ANATOMICAL BASIS OF MEDICINE AND SURGERY ED. XXXVIII CHIRJAC M.,
- IETCU I., CRĂCIUN MARIA DANIELA, Notiuni generale de anatomie funcțională, Editura Universității Suceava, Suceava 2005.
- NICULESCU CT, CĂRMĂCIU R, VOICĂ LESCUB, NIȚĂ C., SĂLĂ VĂSTRU CARMEN, CIORNEI C T LINA - Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2004

Bibliografie minimală

- V. PAPILIAN, Ed. Didactică și Pedagogică București – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR
- FRANK H. NETTER, Ed. Medical Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ

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

- Abordarea tematicii în conformitate cu calificarea viitoare și menținerea discuțiilor practice cu specificul de activitate din cabinetul de kinezoterapie.

9. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Examen	Teste grila cu raspunsuri unice si multiple	45%
	Evaluare pe parcurs	Intrebari cu raspunsuri descriptive Idem Frecventa la curs	10% 5%
Seminar			
Laborator		Prezenta la laborator 85%	
		- 3 teste de verificare pe parcursul semestrului	10%
		- caiet lucrari practice cu teme	10%
		- caiet de desen	5%
		- verificare practica	15%
Proiect			

Standard minim de performanță

- La absolvirea disciplinei studentii posedă cunoștințe generale de anatomie macroscopică care le vor permite o mai bună înțelegere a domeniului biomedical, o comunicare eficientă orală și scrisă în domeniul de

specialitate.

- însușirea unor noțiuni elementare de anatomie, cu particularități pe aparate și sisteme;
- însușirea unor noțiuni de anatomie funcțională și biomecanică;
- însușirea unor noțiuni cu aplicabilitate în practica curentă ca și kinetoterapeut.

1. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei		BIOMECANICA			
Titularul activităților de curs		Conf. univ. dr. Benedek Florian			
Titularul activităților de seminar		Conf. univ. dr. Benedek Florian			
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DF
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impus), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleas)				DA

2. Obiectivele disciplinei (reie îndin grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • - să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării; - să cunoască scopul, finalitățile și obiectivele predării; - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptul de predare; - să cunoască diverse tehnici de predare; - să își formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați.
Obiective specifice	<p>CURS</p> <p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acțiune și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> • - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specific sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. 5. Să își formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului. <p>SEMINAR</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin: <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;

3. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 28 ore	28	Verbale (expunerea, explicarea, conversația),	
1) Bazele generale ale biomecanicii	(2 ore)		
<ul style="list-style-type: none"> - definiții și obiectul de studiu al biomecanicii - concepte fundamentale ale biomecanicii - noțiuni de biomecanică generală (2 ore) 			
2) Statica corpului uman. Caracteristicile morfofuncționale ale oaselor	(2 ore)		
<ul style="list-style-type: none"> - statica, - clasificarea mișcărilor în raport cu planurile anatomice - caracteristicile morfofuncționale ale oaselor - alcătuirea scheletului uman (2 ore) 			
3) Tipuri de articulații. Anatomia și funcțiile principalelor mușchi scheletici ai corpului	(2 ore)		
<ul style="list-style-type: none"> - principalele articulații ale corpului - caracteristicile generale ale mușchilor scheletici - principalii mușchi scheletici – biomecanica mușchilor (2 ore) 			
4) Fiziologia mușchilor	(2 ore)		
<ul style="list-style-type: none"> - proprietățile funcționale ale mușchilor - mecanismul contracției musculare - tipuri de contracții musculare - forma musculară – randamentul muscular – oboseala musculară (2 ore) 			
5) Mecanismele generale ale locomotiei	(2 ore)		
<ul style="list-style-type: none"> - tipurile de pășiri din organismul uman - forțele interioare și exterioare ce acționează asupra organismului uman - lanțurile cinematice - lanțurile musculare (2 ore) 			
6) Biomecanica membrului superior	(2 ore)		
<ul style="list-style-type: none"> - biomecanica articulațiilor - biomecanica brațului – cotului – antebrațului – gâtului mâinii și a mâinii - lanțurile musculare ce acționează asupra părților membrelor la efectuarea mișcărilor - forțele ce intervin în acționarea membrului superior (2 ore) 			
7) Biomecanica membrului inferior	(2 ore)		
<ul style="list-style-type: none"> - biomecanica coapsei - forțele ce acționează asupra femurului - biomecanica articulației genunchiului - biomecanica meniscurilor - forțele și momentele ce acționează la nivelul articulației genunchiului - biomecanica articulației gleznei (2 ore) 			
8) Biomecanica coloanei vertebrale			

<ul style="list-style-type: none"> - mi c rile coloanei vertebrale - biomecanica articula iei atlantoaxoidiene - biomecanica articula iei occipitoatlantoidiene - înc rcarea vertebrelor (2 ore) 	(2 ore)		
<p>9) Biomecanica mersului</p> <ul style="list-style-type: none"> - caracteristicile mersului – pasul - diferitele forme de mers - oscila iile centrului de greutate a corpului în timpul mersului (2 ore) 	(2 ore)		
<p>10) Biomecanica alerg rii</p> <ul style="list-style-type: none"> - caracteristicile pasului în alergare - biomecanica pasului dublu în alergare - elemente biomecanice în startul de vitez - lan uri musculare ac ionate în alergarea de vitez (2 ore) 	(2 ore)		
<p>11) Biomecanica s riturilor</p> <ul style="list-style-type: none"> - caracteristicile s riturilor – cunoa terea tipurilor de s rituri - particularit ile s riturilor - analiza biomecanic a s riturilor - lan uri cinematice i lan uri musculare ac ionate la s ritura în în l ime (2 ore) 	(2 ore)		
<p>12) Biomecanica arunc rilor</p> <ul style="list-style-type: none"> - biomecanica arunc rii ciocanului – particularit ile arunc rii – lan uri musculare - aruncarea sulii ei – biomecanica – lan uri musculare (2 ore) 	(2 ore)		
<p>13) Biomecanica înotului i a sporturilor nautice</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza biomecanic a mi c rilor la înot tori - dispozi ia lan urilor musculare i a lan urilor cinematice la start - caiacul – lan uri musculare, lan uri cinematice - canoaa – lan uri musculare, lan uri cinematice (2 ore) 	(2 ore)		
<p>14) Biomecanica aplicat la jocurile sportive</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza biomecanic a jocului de baschet - analiza biomecanic a jocului de handbal - analiza biomecanic a jocului de volei - analiza biomecanic în gimnastica sportiv (2 ore) 	(2 ore)		
•			
•			
•			
<p>Bibliografie</p> <ul style="list-style-type: none"> - A., Iliescu – Biomecanica exerci iilor fizice. Editura Stadion, 1970. - T., Maros – Curs de anatomie. Editura I.M.F. Tg. Mure , 1968 - M., Ifrim, A., Iliescu – Anatomia i biomecanica educa iei fizice i sportului. Editura Didactic i Pedagogic , Bucure ti 1978. - C., Baciu – Aparatul locomotor. Editura Medical . Bucure ti 1981 - Baciu C. – Biologia locomotiei umane, Educatie fizica si Sport, Bucuresti 1969. 			

- Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Ia i, 2009
- Benedek F. – Studiu privind repartizarea forțelor și momentelor la nivelul articulației genunchiului, Rev. „Altius Citius” Iasi, dec, 2005.
- Edwards C. M., Halling J., - J. Mech. Engng. Sci., 10 (1968) 121.
- Handra-Luca, V., Stoica, I.A., - Introducere în teoria mecanismelor, Editura Dacia, Cluj-Napoca, vol. 1, 1982, vol. 2, 1983.
- Opri an, C., Popovici, G.A., - Mecanisme, Editura Tehnica-Info, Chi in u 2001.
- Potera u, V. F., Popescu D., - Curs de mecanic teoretic , vol. 1, 2, Universitatea Tehnic „Gh. Asachi” Ia i, 1995.
- Petke F. D., Raz B. R. – J. Colloid Interface Sci. 31 (1969) 216.
- Rabinowicz E., - Metals Engng. Quart., 7 (1967) 4.
- Wiggins K. L., Malkin S., – Bearing pressure distribution – The University of Texas, Austin (U.S.A.) June 16, 1971.
- www.innerbody.com/htm/body.html/

•
Bibliografie minimal

- A., Iliescu – Biomecanica exerci iilor fizice. Editura Stadion, 1970.
- Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Ia i, 2009
- T., Maros – Curs de anatomie. Editura I.M.F. Tg. Mure , 1968
- M., Ifrim, A., Iliescu – Anatomia i biomecanica educa iei fizice i sportului. Editura Didactic i Pedagogic , Bucure ti 1978.
- C., Baci u – Aparatul locomotor. Editura Medical . Bucure ti 1981

Aplica ii (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observa ii
<p>• Seminar = 14 ore</p> <p>1 Bazele generale ale biomecanicii</p> <p><i>Concepte fundamentale ale biomecanicii- statutul de tiin a Biomecanicii (2 ore)</i></p> <p>2 Mecanismele generale ale locomotiei</p> <p><i>Mecanismele generale ale locomotiei</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - tipurile de pârghii din organismul uman - forțele interioare și exterioare ce acționează asupra organismului uman - lanurile cinematice - lanurile musculare (2 ore) <p>3 Biomecanica membrului superior și inferior</p> <ul style="list-style-type: none"> - biomecanica articulațiilor - lanurile musculare ce acționează pârghiile membrelor la efectuarea mișcărilor - forțele ce intervin în acțiunea membrelor (2 ore) <p>4 Biomecanica mersului</p> <ul style="list-style-type: none"> - caracteristicile mersului - diferitele forme de mers - oscilațiile centrului de greutate a corpului în timpul mersului (2 ore) <p>5 Biomecanica alergării</p> <ul style="list-style-type: none"> - caracteristicile alergării - cunoașterea diferitelor forme de alergare - biomecanica alergării - oscilațiile centrului de greutate a corpului în timpul alergării (2 ore) <p>6 Biomecanica salturilor</p>	<p>14</p> <p>(2 ore)</p> <p>(2 ore)</p> <p>(2 ore)</p> <p>(2 ore)</p> <p>(2 ore)</p>	<p>intuitive (observarea, demonstrația), practice</p>	

<ul style="list-style-type: none"> - caracteristicile s riturilor – cunoa terea tipurilor de s rituri - particularit ile s riturilor - analiza biomecanic a s riturilor (2 ore) 	(2 ore)		
<p>7 Biomecanica aplicat la jocurile sportive</p> <ul style="list-style-type: none"> - analiza biomecanic a jocului de baschet - analiza biomecanic a jocului de handbal - analiza biomecanic a jocului de volei - analiza biomecanic în gimnastica sportiv (2 ore) 	(2 ore)		

Bibliografie

- A., Iliescu – Biomecanica exerci iilor fizice. Editura Stadion, 1970.
- T., Maros – Curs de anatomie. Editura I.M.F. Tg. Mure , 1968
- M., Ifrim, A., Iliescu – Anatomia i biomecanica educa iei fizice i sportului. Editura Didactic i Pedagogic , Bucure ti 1978.
- C., Baci u – Aparatul locomotor. Editura Medical . Bucure ti 1981
- Baci u C. – Biologia locomotiei umane, Educatie fizica si Sport, Bucuresti 1969.
- Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Ia i, 2009
- Benedek F. – Studiu privind repartizarea fortelor si momentelor la nivelul articulatiei genunchiului, Rev. „Altius Citius” Iasi, dec, 2005.
- Edwards C. M., Halling J., - J. Mech. Engng. Sci., 10 (1968) 121.
- Handra-Luca, V., Stoica, I.A., - Introducere în teoria mecanismelor, Editura Dacia, Cluj-Napoca, vol. 1, 1982, vol. 2, 1983.
- Opri an, C., Popovici, G.A., - Mecanisme, Editura Tehnica-Info, Chi in u 2001.

•

Bibliografie minimal

- A., Iliescu – Biomecanica exerci iilor fizice. Editura Stadion, 1970.
- Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Ia i, 2009
- T., Maros – Curs de anatomie. Editura I.M.F. Tg. Mure , 1968
- M., Ifrim, A., Iliescu – Anatomia i biomecanica educa iei fizice i sportului. Editura Didactic i Pedagogic , Bucure ti 1978.
- C., Baci u – Aparatul locomotor. Editura Medical . Bucure ti 1981

4. Coroborarea con inuturilor disciplinei cu a tept rile reprezentan ilor comunit ii epistemice, asocia iilor profesionale i angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Este o disciplin de studiu prev zut în planul de înv mânt, pentru primul ciclu de formare profesional , ciclul de licen , face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competen elor i capacit ile profesionale, prezint aspectele ce reglementeaz i direc ioneaz desf urarea activit ilor cadrului didactic, înarmeaz specialistul cu instrumente de opera ionalizare a modalit ii de transmitere eficient a informa iilor. Disciplina urm re te s obi nuiasc studen ii cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice i pe folosirea metodelor generale i specifice de predare în func ie de particularit ile subiec ilor, prin introducerea strategiilor educa ionale centrate pe elev/student. Acest curs prezint mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care i-a format un anumit stil de înv are. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei pred rii, astfel încât s fie satisf cute necesit ile fiec rui student în parte. Plecând de la considerentul c evaluarea cadrelor didactice are la baz eficien a înv rii, este u or de constatat c strategia de predare constituie punctul forte al activit ii ce are ca punct central evolu ia studentului, de fapt evolu ia viitoare a profesorului.

5. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota final
Curs		- examen oral	50%
Seminar		- colocviu individual	30%
Laborator		- alte activit i (preciza i):.....	
Proiect		- probe de evaluare formativ (test docimologic(obligatoriu), referat, eseu, portofoliu , proiect (la alegere))	20%

Standard minim de performanță
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; <ul style="list-style-type: none"> • realizarea temelor de lecție la seminarii

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
16.09.2018	Benedek Holbai	Benedek Holbai

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.09.2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
28.09.2018	

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "STEFAN CEL MARE" DIN SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZIC ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZIC ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENT
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIAL

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	<i>BAZELE GENERALE ALE KINETOTERAPIEI</i>				
Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Silisteanu Sinziana-Calina				
Titularul activităților de seminar	Lector univ. dr. Crăciun Maria Daniela				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	E
Regimul disciplinei	Categorii formative a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DF
	Categorii de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impus), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleas)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	4	Curs	2	Seminar		Laborator	2	Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	56	Curs	28	Seminar		Laborator	28	Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	16
II d) Tutoriat	
III Examinări	3
IV Alte activități:	

Total ore studiu individual	66
Total ore pe semestru	125
Numărul de credite	5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	• prelegere cu suport electronic: videoproiector, documentare interactive, filme științifice medicale; planșe, mulaje, marker-e colorate,	
Desfășurare aplicative	Seminar	•
	Laborator	• Expunere, explicație, demonstrații și exercițiul moduri de organizare: frontal, individual • Laborator de kinetoterapie dotat corespunzător cerințelor, videoproiector, aparatură specială de kinetoterapie
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Capacitatea de selecție, combinare și utilizare adecvată ansamblului integrat, coerent dinamic și deschis de cunoștințe și abilități specifice domeniului C2. Capacitatea de structurare logică a conținuturilor disciplinei C3. Identificarea problematicii de bază a disciplinei și asimilarea elementelor necesare pentru aplicarea în practică a cunoștințelor teoretice însușite
-------------------------	---

Competențe transversale	CT1. Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei CT2. Utilizarea materialului didactic și a aparatului specific CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională
-------------------------	---

7. Obiectivele disciplinei (reie îndin grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	Însusirea bazelor biologice ale mișcării terapeutice Cunoașterea implicării kinetoterapiei în profilaxia îmbolnăvirilor și recuperarea stării de sănătate
Obiective specifice	Cunoașterea bazelor metodice și tehnice ale kinetoterapiei Cunoașterea adaptărilor imediate și tardive ale funcțiilor somatice și vegetative din timpul efortului fizic

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs 1 Importanța disciplinei. Istoric. Terminologie. Kinetoterapia ca știință. Interrelația cu alte discipline. Definiții și obiective. Bazele fiziologice ale mișcării. Locomoția umană. Evoluția filogenetică a posturii și locomoției: definirea termenilor; tipuri de staticitate și locomoție, clasificarea mișcărilor în locomoție	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 2. Corpul omenesc ca un tot unitar. Rolul mișcărilor în structurarea corpului omenesc. Postura și locomoția umană. Bazele anatomo-funcționale ale mișcării: planuri, axe, poziții; mișcările în locomoție; articulația-structur, tipuri, elemente de biomecanică, redoare, anchiloz, mobilitate exagerată; funcțiile articulației	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 3. Exercițiul fizic terapeutic: structura exercițiului fizic, modalități de aplicare ale exercițiului, efectele exercițiului fizic	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 4. Bazele teoretice și practice ale tehnicilor în kinetoterapie: tehnici anakinetice; tehnici kinetice	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 5. Bazele fizice ale mișcării: legile lui Newton; pârghii și pârghii osoase; scripeți; plan înalt; momentul mușchilor; cupluri și lanțuri cinematice. gradele de libertate și axele de mișcare; forțele exterioare ale locomoției Calități motrice- forțe rezistență, generalități	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 6. Bazele anatomice, fiziologice și fiziopatologice ale mișcării osteologie – generalități; miologie-structur, clasificare, atrofie, contractur, retractur, spasticitate, rigiditate, distrofie, oboseală musculară. Nervii- structur; clasificare; sindroame; unitate motorie	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 7. Amplitudinea de mișcare. Mobilitatea articulară și flexibilitatea. Factorii interni și externi ai flexibilității. Tipuri de flexibilitate. Importanța lor în kinetoprofilaxie și kinetoterapie. Evaluarea limitării de mișcare: ”testingul articular” Coeficient funcțional de mobilitate. Importanța lor în kinetoterapie. Bazele practice de refacere a amplitudinii de mișcare: mobilizarile, manipularile. Importanța lor în kinetoterapie.	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 8. Caracteristicile contracției musculare. Bazele fiziologice ale forței musculare: tipuri de contracție musculară; efecte fiziologice	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 9. Cile motorii voluntare, involuntare, controlul motor, etapele mișcării voluntare. Unitatea funcțională locomotorie: neuro-mio-artro-kinetic; particularități structurale și fiziologice. Importanța lor în kinetoterapie	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 10. Kinematica, cinematica și relația cu pozițiile - posturi, control, coordonare, echilibru. Deprinderi motrice complexe: mers, alergare, săritura, aruncare, cârărire	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv
Curs 11. Evaluare în kinetoterapie: evaluare subiectivă și obiectivă. Evaluarea funcțională (cardio-respiratorie și	2	Expunere sistematică -Prelegere	Curs interactiv

neuro-muscular)			
Curs 12. Baza energetica a activitatii musculare.Utilizarea combustibilului energogen. Rezervele energetice. Importanta lor în kinetoterapie. Structura compozitiei corporale. Evaluarea compozitiei corporale. Tehnici si metode. Importanta lor în kinetologia profilactica si terapeutica. Metabolismul bazal. Evaluarea consumului energetic. Bilantul energetic pozitiv si negativ. Importanta bilantului energetic în kinetoterapie	2	Expunere sistematica -Prelegere	Curs interactiv
Curs 13. Adapt ri fiziologice: adapt ri metabolice, cardiovasculare, respiratorii, alte tipuri	2	Expunere sistematica -Prelegere	Curs interactiv
Curs 14. Modificari adaptative osoase. Caracteristicile morfofunctionale ale osului „organ”. Evolutia masei osoase odata cu varsta . Remodelarea osoasa. Relatia încarcare-deformare (STRESS /STRAIN). Efectele fortelor mecanice asupra osului . Relatia forma-functie. Repararea osului (stadii). Relatia patologia osului- kinetoterapie. Modificari adaptative articulare. Caracteristici morfo-functionale. Notiuni de hidrodinamica si de tribologie articulara. Importanta lor în kinetologia medicala profilactica si terapeutica. Raportul între: patologia cartilajului kinetoterapie; patologia articulara kinetoterapie; patologia tendoligamentara-kinetoterapie; patologia neuromusculara- kinetoterapie.	2	Expunere sistematica -Prelegere	Curs interactiv
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Apostol, I. Ergofiziologie-Curs. Ed. Univ. „Al. I.Cuza”, Iasi, 1998. 2. Baci, Cl. Aparatul locomotor. Ed. Medicala, Bucuresti, 1981. 3. Bighea A. Terapia fizicala si reabilitarea în practica medicala. Ed. Medicala Universitara Craiova 2006 4. Cordun, M, <i>Kinetologie medicala</i> , Bucure ti, Ed. AXA., 1999. 5. Flora Dorina. Tehnici de baz în kinetoterapie. Editura Universit ii, Oradea, 2002. 6. Haulica, I. Fiziologie umana, Ed. a III-a, Ed. Medicala, Bucuresti, 2007. 7. Kiss I. Fiziokinetoterapie si recuperare medicala, Editura medicala, Bucuresti,2002. 8. Marcu V, Dan Mirela. Kinetoterapie/Physiotherapy. Ed. Universit ții din Oradea, 2006. 9. Sbenghe, T. Bazele teoretice si practice ale kinetoterapiei, Ed. Medicala, Bucuresti,1999. 10. Sbenghe, T. Kinesiologia, Ed. Medicala,Bucuresti, 2002. 			
Bibliografie minimal			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Baci, Cl. Aparatul locomotor. Ed. Medicala, Bucuresti, 1981. 2. Marcu V, Dan Mirela. Kinetoterapie/Physiotherapy. Ed. Universit ții din Oradea, 2006. 3. Sbenghe, T. Bazele teoretice si practice ale kinetoterapiei, Ed. Medicala, Bucuresti,1999. 4. Haulica, I. Fiziologie umana, Ed. a III-a, Ed. Medicala, Bucuresti, 2007. 5. Apostol, I. Ergofiziologie-Curs. Ed. Univ. „Al. I.Cuza”, Iasi, 1998. 			

Aplicatii (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observatii
LP.1 Locul desf ur rii activit ii de kinetoterapie i dotare. Principiile kinetoterapiei. Obiectivele de baz	2	Conversatia didactica Exercitiu	Lucrare interactiv
LP.2 Bazele anatomice ale mi c rii: pozitia anatomic ; axe i planuri de mi care; poziti i fundamentale i poziti i derivate in realizarea mi c rii	2	Conversatiadidactica Demonstratie	Lucrare interactiv
LP.3 Motricitate voluntar i involuntar : tipuri de mu chi; tipuri de contrac ie muscular ; tipuri de mi care	2	Conversatia didactica Exercitiu	Lucrare interactiv
LP.4. Mijloacele specifice kinetoterapiei: exercitiul fizic terapeutic – structur , clasificare, modalit i de realizare	2	Conversatia didactica Exercitiu	Lucrare interactiv
LP.5 Tehnici anakinetice: imobilizarea i posturarea	2	Conversatia didactica	Lucrare interactiv

Tehnici kinetice statice: contrac ia izometric i relaxarea muscular : mod de realizare; avantaje i dezavantaje; efecte		Demonstratie	
LP.6 Tehnici kinetice dinamice pasive: mobilizarea pasiv : condi ii de realizare; mod de executie: pozi ie, priz si contrapriz , for i ritm de execu ie; efectele mobiliz rilor pasive	2	Conversatia didactica Demonstratie	Lucrare interactiv
LP.7 Tehnici kinetice dinamice pasive: trac iunea, mobilizarea pasiv sub anestezie, mobilizarea pasiv mecanic : exerci ii cu suspensie, exerci ii cu scripe i	2	Conversatia didactica Exercitiu	Lucrare interactiv
LP.8 Tehnici kinetice dinamice active : mi c ri activo-pasive, mi c ri active libere, mi c ri active cu rezisten : contrac ia izotonic concentric i excentric : mod de realizare	2	Conversatia didactica Demonstratie	Lucrare interactiv
LP.9 Tehnici kinetice dinamice active: mi carea concentric i excentric , curs intern i curs extern : avantaje i dezavantaje, efecte	2	Conversatia didactica Demonstratie	Lucrare interactiv
LP.10 Exerci iile active complexe: mers, alergare, s ritur , aruncare, c rare, târâre	2	Conversatia didactica Demonstratie	Lucrare interactiv
LP.11 Evaluarea posturii i aliniamentului: evaluarea somatoscopic i antropometric	2	Conversatia didactica Exercitiu	Lucrare interactiv
LP.12 Evaluarea amplitudinii articulare	2	Conversatia didactica Demonstratie	Lucrare interactiv
LP.13 Evaluarea fortei musculare	2	Conversatia didactica Demonstratie	Lucrare interactiv
LP.14 Verificare practic	2	Evaluare practic	

Bibliografie

- Albu C, Ghergu A, Albu M. Dic ionar de kinetoterapie. Ed. Polirom, Ia i, 2007.
- Cordun Mariana, Postura corporal normal si patologic , Ed. ANEFS, Bucure ti, 1999.
- Cordun Mariana, Kinetologie medical , Ed. AXA, Bucure ti 1999.
- Cordun Mariana, Kinantropometrie, Ed. CD PRESS, Bucure ti 2009.
- Flora Dorina. Tehnici de baz în kinetoterapie. Editura Universit ii, Oradea, 2002.
- Kiss I. Fiziokinetoterapie si recuperare medicala, Editura medicala, Bucuresti,2002.
- Marcu V, Dan Mirela. Kinetoterapie/Physiotherapy. Ed. Universit ii din Oradea, 2006.
- Roxana Popescu, A. Bighea. Curs de medicina fizica, balneo-climatologie si recuperare medicala. Ed. ACSA - Craiova, 1995.
- Roxana Popescu, A. Bighea. Notiuni practice de medicina recuperatorie. Ed. AGORA - Craiova, 1997, ISBN: 973- 97812-0-9.
- Sbenghe T. Kinesiologie, tiina mi c rii, Editura Medical Bucure ti,2005.
- Sbenghe T. Kinetologie profilactica,terapeutica si de recuperare. Editura Medicala, Bucuresti, 1987

Bibliografie minimal


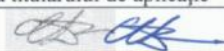


- Albu C, Ghergu A, Albu M. Dic ionar de kinetoterapie. Ed. Polirom, Ia i, 2007.
- Kiss I. Fiziokinetoterapie si recuperare medicala, Editura medicala, Bucuresti,2002
- Roxana Popescu, Bighea A. Notiuni practice de medicina recuperatorie. Ed. AGORA - Craiova, 1997
- Sbenghe T. Kinesiologie - tiina mi c rii, Editura Medical Bucure ti,2005.
- Sbenghe T. Kinetologie profilactica, terapeutica si de recuperare. Editura Medicala, Bucuresti, 1987

9. Coroborarea con inuturilor disciplinei cu a tept rile reprezentan ilor comunit ii epistemice, asocia iilor profesionale i angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Este o disciplin de studiu prev zut în planul de învă mânt, pentru primul ciclu de formare profesional , ciclul de licen , face parte din disciplinele fundamentale de baz ce contribuie la formarea competen elor i capacit ilor generale, prezint aspectele ce reglementeaz i direc ioneaz desf urarea activit ilor practice specifice domeniului.. Disciplina are ca scop cunoasterea bazelor anatomo-func ionale ale mi c rii i a tehnicilor de baza kinetice i akinetice. Este o disciplin de baz necesar disciplinelor ulterioare, care asigura un suport practic util in practica specific recuper rii.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv	Evaluare scrisa	50%
	- Prezenta 50% la cursuri Alte activitati, quiz		10%
Seminar			
Laborator	- Prezenta la laborator 85%	Verificare interactivă în fiecare oră cu notare	10%
	Prezenta si activitatea	Caiet de lucrari practice	10%
	Teste de verificare scrise	1 test de verificare scris	5%
	Verificare practică	Verificare practică finală	15%
Proiect			
Standard minim de performanță:			
- sa cunoasca notiunile specifice disciplinei si sa le foloseasca adecvat;			
- sa foloseasca corect si adecvat terminologia disciplinei.			
- sa explice procesele fundamentale care guverneaza procesul de refacere;			
- sa aplice cunostintele acumulate în situatii profesionale diferite;			
- sa lucreze în echipa.			
Evaluarea activitatii curente desfasurata de student în timpul seminarilor.			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
20.09.2018		
Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament	
28.09.2018		
Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului	
28.09.2018		

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "STEFAN CEL MARE" DIN SUCEAVA
Facultatea	EDUCATIE FIZIC SI SPORT
Departamentul	EDUCATIE FIZIC SI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENT
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE I MOTRICITATE SPECIAL

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI				
Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Sorin Rata				
Titularul activităților de seminar	Lect. univ. dr. Sorin Rata				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DF
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impus), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleas)				DO

- Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	3	Curs	2	Seminar	-	Laborator	1	Proiect	-
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar	-	Laborator	14	Proiect	-

II Distribuția fondului de timp pe semestru:		ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe		30
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren		30
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri		20
II d) Tutoriat		-
III Examinări		3
IV Alte activități (precizați): organizare și participare la competiții atletice		

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	80
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	125
Numărul de credite	5

- Precondiții

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> -capacități motrice generale -componentele condiției fizice optime -bazele fizice ale performanței -reprezentări specifice domeniului -lucrul în echipă -punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități -dezvoltarea personalității

- Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector 	
Desfășurare aplicații	Seminar	•
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, fluier, teren, sala atletism, garduri, greutăți, sector de săritură în lungime

- **Competențe specifice acumulate**

Competențe profesionale	<p>-1.Instrumental aplicative - să alcătuiască, dirijeze și evalueze complexe de exerciții specifice disciplinei – atletism.</p> <p>2.Competențe de comunicare – relaționare - să folosească terminologia disciplinei - atletism; - să comunice și să colaboreze cu partenerii; - să aplice cunoștințele acumulate în situații profesionale diferite; - să ofere exemple de exerciții</p>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Integrarea unor cunoștințe, priceperi și deprinderi menite să-l aducă în situația de a efectua pregătire tehnică și metodică corespunzătoare în funcție de vîrstă, nivel de pregătire și obiectivul urmărit • Principiul activității integrate ce presupune însușirea metodologiei corespunzătoare rezolvării problemelor ridicate în lecția de educație fizică și sport • Demonstrarea metodelor de învățare globală sau pe faze a probelor atletice;

- **Obiectivele disciplinei (reie îndin grila competențelor specifice acumulate)**

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea cunoștințelor teoretice, metodice și organizatorice, precum și a priceperilor și deprinderilor practice necesare predării exercițiilor de atletism în lecțiile fizice din învățământul primar și gimnazial în activitățile sportive colare și extra colare ale elevilor (cercuri, asociații sportive, cluburi sportive etc.); • Înzestrarea studenților cu un sistem de cunoștințe metodice necesare activităților de practicare independent în timpul liber a exercițiilor de atletism, în mod deosebit alergării (prin Jogging), de către oameni de toate vîrstele, pentru întărirea și păstrarea sănătății și a robusteții organismului; • Formarea capacității de a demonstra structura tehnicii raionale a exercițiilor care compun coala atletismului, precum și a tehnicii principalelor probe de alergări, sărituri și aruncări; • Dezvoltarea aptitudinilor motrice necesare participării studenților la poliatoane atletice și îndeplinirea baremelor de performanță prevăzute în programa fiecărui an de studiu, precum și la Campionatele Universitare de Atletism; • Formarea cunoștințelor necesare pentru organizarea și arbitrajul concursurilor de atletism pe plan local.
--	--

- **Conținuturi**

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 28 ore			
CURS I Sistemul de organizare a atletismului	2 ORE	Prelegere	Power point
CURS II Sistemul probelor atletice	2 ORE		
CURS III - Istoricul atletismului în Grecia Antică	2 ORE		
CURS IV - Istoricul atletismului în România	2 ORE		
CURS V coala alergării	2 ORE		
○ Alergarea ușoară, alergarea cu joc de glezne, alergarea cu pendularea gambei înapoi	2 ORE		
CURS VI ○ Alergarea cu genunchii sus, alergarea laterală cu pas adugat, alergarea laterală cu pas încrucișat	2 ORE		
CURS VII ○ Alergarea cu genunchii întinși înainte, alergarea cu pendularea gambei înainte, alergarea pe teren variat, alergarea peste obstacole	2 ORE 2 ORE 2 ORE 2 ORE		

CURS VIII coala s riturii	o S riturile pe loc cu desprindere pe dou picioare, s riturile pe loc cu desprindere pe un picior	2 ORE		
CURS IX	o Pasul s ltat	2 ORE		
CURS X	o pasul s rit	2 ORE		
CURS XI	o S riturile pe,de pe i peste obstacole, s ritura în lungime de pe loc			
CURS XII coala arunc rii	o Arunc rile de tip împingere cu dou i cu o mân			
CURS XIII	o Arunc rile de tip azvârlire cu dou i cu o mân			
CURS XIV	o Arunc rile de tip lansare cu dou i cu o mân			
Bibliografie				
<ul style="list-style-type: none"> • Tatu, T., Teoria i metodica atletismului, Bucure ti, 1978 • Tatu, T., Plocon, E., Atletism, Editura Funda iei România de Mâine, Bucure ti, 2001 • Ra , G., Atletism, Editura Alma Mater, Bac u, 2002 • Ra , G., Ababei, C., Predarea atletismului în coal , Editura Alma Mater, Bac u, 2003 • Roman, D., Rugin , G., Metodica pred rii exerci iilor din atletism, Bucure ti, 2001 • Sab u, I., Sab u E., Atletism- Curs pentru studen ii anilor I i II, Ed. ANEFS, Bucure ti, 				
Bibliografie minimal				
<ul style="list-style-type: none"> • Ra , G., Ababei, C., Predarea atletismului în coal , Editura Alma Mater, Bac u, 2003 • Roman, D., Rugin , G., Metodica pred rii exerci iilor din atletism, Bucure ti, 2001 • Alexe, D. A., Atletism, Îndrumar practico-metodic, Editura PIM, 2007 				

Aplica ii (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observa ii
Lucrari practice - 14 ORE			
L.P. I Înv area , consolidarea i verificarea tehnicii exerci iilor din coala alerg rii	2 ORE	Metode de predare intuitive (observarea, demonstra ia), practice(exersarea),	
L.P. II o Alergarea u oar , alergarea cu joc de glezne, alergarea cu pendularea gambei înapoi	2 ORE		
L.P. II o Alergarea cu genunchii sus,alergarea lateral cu pas ad ugat, alergarea lateral cu pas încruci at	2 ORE		
L.P. II o Alergarea cu genunchii întin i înainte,alergarea cu pendularea gambei înainte, alergarea pe teren variat, alergarea peste obstacole	2 ORE		
L.P. III Înv area , consolidarea i verificarea tehnicii exerci iilor din coala s riturii	2 ORE		
o S riturile pe loc cu desprindere pe dou picioare, s riturile pe loc cu desprindere pe un picior	2 ORE		
o Pasul s ltat,pasul s rit			
o S riturile pe,de pe i peste obstacole, s ritura în lungime de pe loc			
L.P. IV Înv area ,consolidarea i verificarea tehnicii exerci iilor	2 ORE		

din coala arunc rii	2 ORE		
<ul style="list-style-type: none"> o Arunc rile de tip împingere cu dou i cu o mân o Arunc rile de tip azvârlire cu dou i cu o mân o Arunc rile de tip lansare cu dou i cu o mân 	2 ORE		
L.P. V Consolidarea tehnicii startului de sus, însu irea tehnici alerg rii de semifond i fond			
L.P. VI Consolidarea tehnicii startului de jos, însu irea tehnici alerg rii de vitez			
L.P. VII Organizarea de competi ii între studen ii: triatlonul athletic			
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> • Tatu, T., Teoria i metodica atletismului, Bucure ti, 1978 • Tatu, T., Plocon, E., Atletism, Editura Funda iei România de Mâine, Bucure ti, 2001 • Ra , G., Atletism, Editura Alma Mater, Bac u, 2002 • Ra , G., Ababei, C., Predarea atletismului în coal , Editura Alma Mater, Bac u, 2003 • Roman, D., Rugin , G., Metodica pred rii exerci iilor din atletism, Bucure ti, 2001 • Sab u, I., Sab u E., Atletism- Curs pentru studen ii anilor I i II, Ed. ANEFS, Bucure ti, 			
Bibliografie minimal			
<ul style="list-style-type: none"> • Ra , G., Ababei, C., Predarea atletismului în coal , Editura Alma Mater, Bac u, 2003 • Roman, D., Rugin , G., Metodica pred rii exerci iilor din atletism, Bucure ti, 2001 • Alexe, D. A., Atletism, Îndrumar practico-metodic, Editura PIM, 2007 			

- **Coroborarea con inuturilor disciplinei cu a tept rile reprezentan ilor comunit ii epistemice, asocia iilor profesionale i angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului**

<ul style="list-style-type: none"> • Este o disciplin de studiu prev zut în planul de înv mânt, pentru primul ciclu de formare profesional , ciclul de licen , ce contribuie la formarea competen elor i capacit ile profesionale, prezint aspectele ce reglementeaz i direc ioneaz desf urarea activit ilor viitorului specialist in domeniul educatiei fizice si sportive , înarmeaz specialistul cu instrumente de opera ionalizare a modalit ii de transmitere eficient a informa iilor.

- **Evaluare**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota final
Curs		- examen oral	50%
.Laborator		- colocviu individual – demonstrarea exerci iilor înv ate	20%
Proiect		- caietul de lucr ri practice - participare la competi ii sportive - probe de evaluare formativ (test docimologic – obligatoriu, referat/ portofoliu/ proiect/ participare conferin e, dezbateri pe o tem stabilit - cel pu in una, la alegere)	30%

Standard minim de performan

<ul style="list-style-type: none"> - însu irea principalelor no iuni, idei specifice disciplinei; - cunoa terea problemelor de baz din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activit ile practice cu echipament adecvat i îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lec ie la aplica iile practice
--

Data completării 21.09.2018	Semnătura titularului de curs 	Semnătura titularului de seminar 
Data avizării în departament 28.09.2018	Semnătura directorului de departament 	
Data aprobării în Consiliul academic 28.09.2018	Semnătura decanului 	

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „TEFAN CEL MARE” DIN SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICEN
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE I MOTRICITATE SPECIAL

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	GIMNASTICA DE BAZ				
Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Pața Oana				
Titularul activităților de seminar	Lect. univ. dr. Pața Oana				
Anul de studiu	I	SEMESTRUL	I	Tipul de evaluare	Colocviu
Regimul disciplinei	Categorizația formativă a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DF
	Categorizația de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	3	Curs	2	Seminar		LP	1	Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		LP	14	Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	15
II d) Tutoriat	
III Examinări	3
IV Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	55
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Capacități motrice generale • Componentele condiției fizice optime • Bazele fizice ale performanței • Reprezentări specifice domeniului • Lucrul în echipă • Punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități • Dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector
Desfășurare aplicativă	Seminar/Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, fluier, teren, porți, jaloane, conuri, mingi.
	Proiect	-

6. Competen e specifice acumulate

Competen e profesionale	<ul style="list-style-type: none"> C1. Proiectarea modulară a gimnasticii de bază și planificarea conținuturilor de bază aledomeniului cu orientare interdisciplinară C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accentinterdisciplinar C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calităților motrice potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă aexercițiului fizic C4. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice gimnasticii de bază, pe grupe de vârstă C5. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de gimnastica de bază C6. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului
Competen e transversale	<ul style="list-style-type: none"> CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizareași desfășurarea activităților sportive CT3. Operarea cu programe digitale , documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională

7. Obiectivele disciplinei (reie ind din grila competen elor specifice acumulate)

Obiectivele generale ale disciplinei		<ul style="list-style-type: none"> să înțeleagă conceptul de predare a gimnasticii de bază și implicațiile acestuia în realizarea învățării; să cunoască scopul, finalitățile și obiectivele predării gimnasticii de bază în gimnaziu; să noată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptul predării gimnasticii de bază în școală; să cunoască diverse tehnici de predare specifice gimnasticii de bază (asigurarea și ajutorul specific) să-si formeze capacitatea de transmitere a informațiilor specifice gimnasticii de bază, în mod diferit în funcție de nivelul de pregătire al elevilor, particularitățile de vârstă.
Obiectivele specifice	Curs	<p>1.Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> folosirea îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a deprinderilor specifice gimnasticii de bază (exerciții de organizare, dezvoltare, etc). conceputarea unor modele de acțiune și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue din lecțiile cu teme din gimnastica de bază în vederea însușirii corecte și rapide a deprinderilor motrice specifice gimnasticii. formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă, privind aprecierea și corectarea greșelilor de execuție a elementelor de gimnastică; utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2.Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică privind predarea gimnasticii de bază formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei gimnasticii de bază, a limbajului propriu gimnasticii de bază, codurilor, diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinei gimnastică de bază. <p>3.Să înțeleagă sensul apartenenței responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> formarea capacității de perfecționare și auto-perfecționare continuă; formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare;

8. Con inuturi

8.1. Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observa ii
ANUL I SEMESTRUL I CURS 14 ORE	14 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	
1. Procesul constituirii gimnasticii; istoric privind originile și evoluția gimnasticii. Obiectul teoriei și metodicii gimnasticii. Gimnastica – disciplină fundamentală a educației fizice și sportului;	2 ore		
2. Definiția și conținutul gimnasticii. Concepte teoretice privind obiectivele, scopul, sarcinile, caracteristicile, mijloacele și ramurile gimnasticii; Gimnastica de bază - definiție, scop, obiective, mijloace.	2 ore		
3. Noțiuni teoretice și indicații metodice privind utilizarea mijloacelor gimnasticii de bază - terminologia gimnasticii – bazele generale ale mișcării și pozițiile specifice gimnasticii; descrierea exercițiilor de	2 ore		

gimnastic .			
4. Tendințe și orientări privind elementele structural organizatorice fundamentale ale activităților de educație fizică și sport; exercițiile de front și formații (acțiuni pe loc; acțiuni din deplasare; alcătuirii și schimbări de formații).	2 ore		
5. Fundamentarea teoretico-metodică a exercițiilor de dezvoltare fizic generală, mijloace centrale ale gimnasticii de bază.			
6. Teoria și metodică predării exercițiilor utilitar-aplicative. Noțiuni teoretice privind alcătuirea parcurșurilor aplicative; Teoria jocurilor de mișcare.	2 ore		
7. Noțiuni teoretice introductive privind tehnica și metodică predării exercițiilor acrobatice simple.	2 ore		
	2 ore		

Bibliografie

1. **GOGEAN GROZA GINA, LIU NEA DIANA NICOLETA (2015)**, "Gimnastica de bază", Editura Pim, Iași;
2. **NANU L. (2003)**, Gimnastica de bază, caiet de lucrări practice, Editura Fundației universitare „Dunărea de Jos” Galați,
3. **NANU L., (2010)**, Manual de gimnastică, Editura Galați University Press, Galați
1. **NICULESCU GEORGETA (2012)**, "Gimnastica de bază", Editura Fundației României de Măine, București;
4. **PETRE PAȚA O., (2015)**, Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol1
5. **PETRE PAȚA O., (2016)**, Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol2
6. **POPESCU, G., (2003)**, Gimnastica de bază, Structura și organizarea activităților de educație fizică și sport, Volumul 1, Editura Perpressicius, București.
7. **POPESCU, G., (2005)**, Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisaváros, București.
8. **POPESCU, G., (2005)**, Impact aerobic, Editura Elisaváros, București.
9. **POPESCU, G., (2007)**, Gimnastica acrobatică în coală, Gimnastica artistică, Editura Elisaváros, București.
10. **SĂVESCU IULIAN (2007)**, "Educație fizică și sportivă școlară – culegere de exerciții- Metodologie", Editura Aius PrintEd, Craiova;
11. **TALAGHIR, L-GH., (2009)**, Exerciții de front, ordine și formații, lucrări practice, Editura VALINEX, Chișinău
12. **TUDOR, V., (1999)**, Capacitățile condiționale, coordinative și intermediare-componente ale capacității motrice, Editura Rai, București
13. **TUDOR, V., (2005)**, Măsurare și evaluare în educație fizică și sport, Editura Alpha, Buzău
14. **TUDOR, V., CRIȘAN, D., (2007)**, Forța aptitudine motrică, Editura Bren, București
15. **TUDUSCIUC, I., (1984)**, Gimnastica sportivă, Editura Sport-Turism, București
16. **TUDUSCIUC ION (2000)**, "Gimnastica de bază", Editura Fundației României de Măine, București;
17. **TUDUSCIUC, I., (2001)**, Gimnastica artistică sportivă, Editura Fundației României de Măine, București

Bibliografie minimală

1. **GOGEAN GROZA GINA, LIUȘNEA DIANA NICOLETA (2015)**, "Gimnastica de bază", Editura Pim, Iași;
2. **NANU L. (2003)**, Gimnastica de bază, caiet de lucrări practice, Editura Fundației universitare „Dunărea de Jos” Galați,
3. **NANU L., (2010)**, Manual de gimnastică, Editura Galați University Press, Galați
2. **NICULESCU GEORGETA (2012)**, "Gimnastica de bază", Editura Fundației României de Măine, București;
4. **PETRE PAȚA O., (2015)**, Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol1
5. **PETRE PAȚA O., (2016)**, Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol2
6. **POPESCU, G., (2003)**, Gimnastica de bază, Structura și organizarea activităților de educație fizică și sport, Volumul 1, Editura Perpressicius, București.
7. **POPESCU, G., (2005)**, Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisaváros,

<p>8. POPESCU, G., (2007), Gimnastica acrobatică în școală, Gimnastica artistică, Editura Elisavaras, București.</p> <p>9. SĂVESCU IULIAN (2007), "Educație fizică și sportivă școlară – culegere de exerciții- Metodologie", Editura Aius PrintEd, Craiova;</p> <p>10. TALAGHIR, L-GH., (2009), Exerciții de front, ordine și formații, lucrări practice, Editura VALINEX, Chișinău</p> <p>11. TUDOSCIUC, I., (2001), Gimnastica artistică sportivă, Editura Fundației România de Main, București</p>	
	<p>- formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ și față de răspunderea formării oamenilor</p> <p>4. 5. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile: - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului
Seminar	
Laborator	<p>Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe. de a lucra în powerpoint etc.: - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă: - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;
Proiect	

8.2. Aplica ii (Seminar / laborator)	Nr.de ore	Metode de predare	Observa ii	
<p style="text-align: center;">Lucr ri practice – 28 ore = Sem I</p> <p>Lecția 1:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Introducere în problematica gimnasticii. Cerințele catedrei privind activitatea studentului la această disciplină . • Exercițiile de front în ordine:- însușirea acțiunilor de pe loc • Dezvoltarea fizică armonioasă : bazele generale ale mișcărilor – planuri, axe, direcții, poziții fundamentale și derivate ale corpului 	2	Explicarea, demonstrarea, problematizarea exercitării / repetarea		
<p>Lecția 2:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exercițiile de front în ordine: 1. însușirea acțiunilor din deplasare 2. consolidarea acțiunilor de pe loc • Dezvoltarea fizică armonioasă : bazele generale ale mișcărilor – poziții și mișcări ale segmentelor corpului 	2			
<p>Lecția 3:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exercițiile de front, ordine și formații: 1. formarea coloanei de gimnastic de pe loc – alinierea din linie și coloană 2. consolidarea acțiunilor de pe loc și din deplasare • Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă libere 	2		Explicarea, demonstrarea, problematizarea exercitării / repetarea	
<p>Lecția 4:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exercițiile de front, ordine și formații: formarea coloanei de gimnastic din deplasare - deplasări sub formă de contopiri și desfurări, apropieri și depărțări, întrepătrunderi și încrucișări. • Consolidarea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă libere • Deprinderi motrice de bază : salturi 	2			
<p>Lecția 5:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consolidarea acțiunilor de pe loc și din deplasare: 1. alinierea de formații din linie și coloană 2. deplasări sub formă de contopiri și desfurări, apropieri și depărțări, întrepătrunderi și încrucișări. • Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă cu partener • Deprinderi motrice de bază : mersul și alergarea 	2		Explicarea, demonstrarea, problematizarea exercitării / repetarea	
<p>Lecția 6:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Consolidarea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă cu partener • Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă cu obiecte 	2			

portative – baston/ coarda/ banda elastic				
<ul style="list-style-type: none"> Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: aruncarea și prinderea 				
Lecția 7: Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă cu obiect portativ –cerc/ mingea/ gantere <ul style="list-style-type: none"> Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: echilibrul; Exerciții aplicative: parcurs aplicativ. 	2	Explică, demonstrează, problematizează exercițiile / repetarea		
Lecția 8: <ul style="list-style-type: none"> Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă la, pe și cu banca de gimnastic ; Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: cățărarea și escaladarea Exerciții aplicative: ștafete. 	2			
Lecția 9: <ul style="list-style-type: none"> Consolidarea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă la, pe și cu banca de gimnastic Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: târârea Exerciții aplicative: ștafete. Trasee aplicative 	2			
Lecția 10: <ul style="list-style-type: none"> Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă la scara fixă Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: tracțiuni și împingeri Exerciții aplicative: jocuri dinamice 	2			
Lecția 11: <ul style="list-style-type: none"> Consolidarea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă la scara fixă Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: ridicarea și transportarea de obiecte, aparate sau persoane Însușirea elementelor acrobatice statice de echilibru și mobilitate - cumpene, semisfoara, sfoara; 	2		Explică, demonstrează, problematizează exercițiile / repetarea	
Lecția 12: <ul style="list-style-type: none"> Repetarea elementelor acrobatice statice: semisfoara, cumpena pe un genunchi, cumpena pe un picior (înainte, lateral, înapoi) Însușirea elementelor acrobatice dinamice: rulare, rostogoliri înainte și înapoi din ghemuit în ghemuit. Exerciții aplicative: ștafete. 	2			
Lecția 13: <ul style="list-style-type: none"> Însușirea elementelor acrobatice statice: stând pe omoplați, podul de jos Însușirea elementelor acrobatice dinamice: rostogoliri înainte și înapoi din depărtat în depărtat, rostogoliri înainte și înapoi din ghemuit în depărtat, rostogoliri înainte și înapoi din depărtat în ghemuit. 	2			
Lecția 14: <ul style="list-style-type: none"> Variante de legare a elementelor acrobatice însușite anterior: cumpena, semisfoara, rulare, rostogoliri, podul de jos, stând pe omoplați. Probă de control 	2			
	Bibliografie: <ol style="list-style-type: none"> DAMIAN MIRELA (2002), "<i>Gimnastica de bază</i>", Editura Ovidius University Press, Constanța; GOGEAN GROZA GINA, LIU NEA DIANA NICOLETA (2015), "<i>Gimnastica de bază</i>", Editura Pim, Iași; TUDUSCIUC ION (2000), "<i>Gimnastica de bază</i>", Editura Fundației <i>România de Mainie</i>, București; FE NIC IOAN, ANTA IONEL (2001), "<i>Gimnastica de bază</i>", Editura Ro Art Press, Cluj-Napoca; NANU LILIANA (2003), "<i>Gimnastica de bază</i>", Editura Fundației Universitare "Dunărea de Jos", Galați; 			

	<p>6. STRUJAN I. C. (2004), "<i>Îndrumarul profesorului de educație fizică</i>", Editura Boto ani, Boto ani;</p> <p>7. COMAN STELA (1995), "<i>Educația fizică și metodică predării ei</i>", Editura TEHNICA, Chi in u;</p> <p>8. S VESCU IULIAN (2007), "<i>Educație fizică și sportivă școlară – culegere de exerciții- Metodologie</i>", Editura Aius PrintEd, Craiova;</p> <p>9. NICULESCU GEORGETA (2012), "<i>Gimnastica de baz </i>", Editura Fundației România de Mâine, Bucure ti;</p> <p>10. DURB CEA-BOLOVAN, MARIAN, "<i>Îndrumar practico-metodic pentru gimnastica colar </i>", Editura Universitaria, Craiova, 2006;</p> <p>11. NANU, MARIAN, COSTIN, "<i>Gimnastica de baz : metodică pred rii structurilor gimnice</i>", Editura SITECH, Craiova, 2009;</p>
--	--

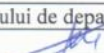
9. Coroborarea con inuturilor disciplinei cu a tept rile reprezentan ilor comunit ii epistemice, asocia iilor profesionale i angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului


Este o disciplin de studiu prev zut în planul de învă țământ, pentru primul ciclu de formare profesională, ciclul de licență, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezint aspectele ce reglementeaz și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice i pe folosirea metodelor generale i specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care i-a format un anumit stil de învă țare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei pred rii, astfel încât s fie satisf cute necesit țile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la baz eficiența învă țării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activit ții ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota final
Curs		-examen oral	50%
Lucr ri practice / Laborator		-colocviu individual	40%
Proiect		-probe de evaluare formativ (caiet de lucrari practice, participare la conferințe/competiții sportive)	10%
Standard minim – maxim de performan	Cerințe minime pentru nota 5	<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activit țile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice; - prezența la lucrările practice; 	
	Cerințe maxime pentru nota 10	<ul style="list-style-type: none"> -capacitatea de a conduce primele verigi din lecție în vederea consolidării capacit ții de organizare a colectivului (exerciții de front, ordine și formații), de preg tire a organismului pentru efort (deprinderi motrice de baz) i de influențare selectivă a aparatului locomotor (exerciții de dezvoltare fizică general); -cunoa terea i utilizarea adecvat a terminologiei specifice gimnasticii; -însu irea deprinderilor motrice utilitar-aplicative: echilibru, ridicare i transport de greut ț, târâre, cățărare, escaladare, tracțiune, împingere; -capacitatea de relaționare cu pozițiile fundamentale și derivate ale corpului, precum i pozițiile și mișcările segmentelor corpului, utilizând terminologia de specialitate; -identificarea i utilizarea unor elemente acrobatice cu caracter static i dinamic; - participarea activ în timpul lecțiilor practice și prezentarea caietului de studiu individual completat cu activit țile metodice desfășurate; -prezența la lucrările practice; 	

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
15.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.09.2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
28.09.2018	

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA STEFAN CEL MARE SUCEAVA
Facultatea	EDUCATIE FIZICA SI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZIC SI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIAL

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ANATOMIE FUNCȚIONALĂ ȘI BIOMECANIC				
Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Mihaela Coroamă				
Titularul activităților de seminar	Asist. univ. drd. Iulian Holubiuc				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorizația formativă a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DF
	Categorizația de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	3	Curs	1	Seminar		Laborator	2	Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	42	Curs	14	Seminar		Laborator	28	Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	25
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	15
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	15
II d) Tutoriat	
III Examinări	3
IV Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	55
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	•	
Desfășurare aplicative	Seminar	•
	Laborator	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>2. <i>Cunoașterea, în alegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale anatomiei; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale anatomiei ce se adresează kinetoterapiei.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale structurilor morfologice ale organismului uman, cu aplicate în înțelegerea și cunoașterea metodelor și tehnicilor de kinetoterapie <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea generală de bază - cunoașterea de bază necesare profesiei de kinetoterapeut. - capacitatea de a transpune în practică cunoașterea dobândită
	<p>2. <i>Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte,</i></p>

	<p><i>situa ii, procese, proiecte etc. asociate domeniului. Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea oportunității unor programe adaptate regiunii anatomice tratate și tipului de patologie specifice kinetoterapiei.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Explicare și interpretare (explicarea și înțelegerea unor structuri anatomice, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale anatomiei) <ul style="list-style-type: none"> Definirea termenilor de specialitate și formarea unui limbaj specific adecvat domeniului; Identificarea nivelurilor de organizare structurală și funcțională a organismului și a conexiunilor dintre ele; Cunoașterea topografiei și a raporturilor dintre diferite organe și sisteme de organe în ansamblul organismului; Descrierea componentelor aparatului locomotor, a modului de alcătuire și a funcțiilor îndeplinite; <p>4. Instrumental – aplicative (proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare în domeniul anatomiei)</p> <ul style="list-style-type: none"> - capacitatea de organizare și planificare - capacitatea de evaluare și autoevaluare - abilități de cercetare.
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea, în alegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvat în comunicarea profesională. <ul style="list-style-type: none"> Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale mecanismelor fiziologice și patologice ale organismului uman necesare cunoașterii și practicii în balneofiziokinetoterapie. <p>Datele de anatomie permit studentului aprofundarea noțiunilor de histologie, fiziologie și mai apoi a datelor clinice, paraclinice, a metodelor moderne de investigare a corpului uman. Cunoștințele specifice dobândite asigură aprofundarea celorlalte discipline și familiarizarea cu domeniul biomedical și cu specificul lui. Ele permit înțelegerea și aplicarea principiilor și metodelor fundamentale de investigare precum și înțelegerea metodelor și tehnicilor kinetoterapiei.</p>

7. Obiectivele disciplinei (reie îndin grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei		<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea structurilor corpului uman, a organizării acestora în sisteme și raporturilor dintre ele. Corelații anatomo-funcționale privind structurile corpului uman.
		<ul style="list-style-type: none"> Explorarea anatomică a structurilor corpului uman, anatomia aplicată și corelații clinice în domeniul balneofiziokinetoterapiei.
Obiectivele specifice	Curs	<ul style="list-style-type: none"> Însușirea noțiunilor referitoare la morfologia și structura sistemului nervos central și periferic. Însușirea noțiunilor referitoare la morfologia și structura sistemului respirator, cardiovascular, nervos, digestiv, urogenital, endocrin. Adaptarea informațiilor transmise studenților la specificul specializării.
	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea elementelor de anatomie descriptivă a tuturor componentelor aparatelor și sistemelor corpului uman; Corelarea elementelor de anatomie descriptivă la nivelul structurilor corespunzătoare lor. Aplicarea cunoștințelor în practica de kinetoterapie și motricitate; Explorare morfologică pe piesa preparată (cadavru).
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs: Se va preda un curs de 2 ore la 2 săptămâni	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Sistemul nervos - noțiuni introductive. Măduva spinării, <ul style="list-style-type: none"> Structura anatomică a nervului; Compoziția anatomică a căilor nervoase și a centrilor nervoși. Receptori ai sistemului nervos; Măduva spinării configurație externă și structură internă. 	1	Prezentare power point/ slideuri	
2. Sistem nervos – sistem nervos central – trunchiul	1	Idem	

cerebral. : <ul style="list-style-type: none"> • Structur anatomic , particularit și anatomice regionale; • Configurație externă a măduvei spinării; • Structura intern a m duvei spin rii; 			
3. Sistem nervos – cerebelul: <ul style="list-style-type: none"> • Configurație externă; • Structura intern a trunchiului cerebral: 	1	Idem	
4. Sistemul nervos – emisferele cerebrale: <ul style="list-style-type: none"> • Scoarța cerebrală – structur anatomic ; • Lobii cerebrali; • Arii motorii și arii senzitive; • Homunculus motor și homunculus senzitiv. 	1	Idem	
5. Sistem nervos periferic: <ul style="list-style-type: none"> • Sistem nervos vegetativ simpatic; • Sistem nervos vegetativ parasimpatic. 	1	Idem	
6. Glande endocrine: <ul style="list-style-type: none"> • Clasificare; • Structur anatomic , localizare; • Secreții endocrine. 	1	Idem	
7. Aparatul respirator – c i respiratorii: <ul style="list-style-type: none"> • Descrierea c ilor respiratorii superioare; • C i respiratorii inferioare; Evaluare la jumătatea semestrului	1	Idem	
8. Aparatul respirator – anatomia pl mânilor: <ul style="list-style-type: none"> • Configurație externă; • Particularit și anatomice ale celor doi pulmoni; • Pleura și cavitatea pleural – caractere anatomice. 	1	Idem	
9. Aparatul cardio-vascular: <ul style="list-style-type: none"> • Cordul – configurație esternă (fețe și margini); • Cordul – paarticularit țile anatomice ale miocardului; • Structura anatomic a cordului. 	1		
10. Aparatul cardio-vascular: <ul style="list-style-type: none"> • Marea circulație; • Mica circulație. 	1		
11. Aparatul digestiv: <ul style="list-style-type: none"> • Segmentele aparatului digestiv; • Anatomia cavit ții bucale; • Esofagul; • Stomacul; • Intestinul. 	1	Idem	
12. Aparatul digestiv – glande anexe: <ul style="list-style-type: none"> • Ficatul – structura anatomic , sistem ligamentar (de susținere), căi biliare. • Pancreasul – structur anatomic . 	1	Idem	
13. Aparatul genito-urinar: <ul style="list-style-type: none"> • Rinichii structur anatomic : configurație externă, localizare, raporturi. • C i urinare; • Nefronul – structura anatomic . • Aparatul genital feminin; • Aparatul genital masculin. 	1	Idem	
14. Evaluare practic .	1	Idem	
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> • M. Ifrim, Ed. Științifică și enciclopedică București – ATLAS DE ANATOMIE UMANA VOL. I; • V. Papilian, Ed. Didactic și pedagogic Bucure ti 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR; • Frank H. Netter, Ed. Medical Callisto Bucure ti – ATLAS DE ANATOMIE UMAN ; • Niculescu C, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C., Sălăvăștru C., Ciornei C. - Anatomia și fiziologia omului. 			

<p>Compendiu. Ed. Corint, Bucure ti 2004.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Histologie - Tratat si Atlas (JUNQUEIRA), Ed. Medical Callisto Bucure ti, 2008; • Atlas of Clinical Gross Anatomy, Kenneth P. Moses, MD, Pedro B. Nava, PhD, John C. Banks, PhD and Darrell K. Petersen, Ed. Medical Callisto Bucure ti; • Molecular Cell Biology, Harvey Lodish , Arnold Berk , Chris A. Kaiser , Monty Krieger , Matthew P. Scott , Anthony Bretscher , Hidde Ploegh and Paul Matsudaira, Ed. Medical Callisto Bucure ti, 2007; • Gray s Atlas of Anatomy - The Anatomical Basis of Clinical Practice, Susan Stading, Ed.Callisto, Bucure ti, 2008; • McMinn s color Atlas of Human Anatomy, P. H. Abrahams, S. C. Marks Jr. , R. T. Hutchings, Ed. Elsevier Science & Technology, Bucure ti, 2003.
Bibliografie minimal
<ul style="list-style-type: none"> • V. Papilian, Ed. Didactic i pedagogic Bucure ti 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR; • Frank H. Netter, Ed. Medical Callisto Bucure ti – ATLAS DE ANATOMIE UMAN ;

Aplica ii (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observa ii
1. Țesutul nervos. Unitatea morfofuncțională a sistemului nervos. Neuronul: <ul style="list-style-type: none"> • Structura anatomic a neuronului; • Sinapsa neuronal ; • Neurotransmițători; 	2	Protocol LP, discutii	
2. Nervul spinal. Arcul reflex: <ul style="list-style-type: none"> • Componente anatomic; • Transmiterea influxului nervos. 	2	Idem	
3. Nervii cranieni: <ul style="list-style-type: none"> • Origini (reale i aparente); • Teritroriu de inervație; 	2	Idem	
4. C ii de conducere nervoas : <ul style="list-style-type: none"> • C ii ascendente; • C ii descendente; • Dispoziția anatomică în m duva spin rii; 	2	Idem	
5. Analizatorii: <ul style="list-style-type: none"> • Segmentele anatomic ale analizatorilor; • Clasificare i caracteristici anatomic. Evaluare 1	2	Idem	
6. Glande endocrine:: <ul style="list-style-type: none"> • Țesutul glandular; • Hormoni; • Sistemul endocrino-hipofizar. 	2	Idem	
7. Aparatul respirator: <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea elementelor anatomic ale aparatului respirator pe cadavru; 	2	Idem	
8. Aparatul respirator: <ul style="list-style-type: none"> • Anatomie topografic ; • Interpretarea plan elor anatomic; • Filme didactice. 	2	Idem	
9. Aparatul cardio-vascular: <ul style="list-style-type: none"> • Anatomie topografic ; • Interpretarea plan elor anatomic; • Filme didactice. 	2	Idem	
10. Aparatul cardio-vascular: <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea elementelor anatomic ale aparatului cardio-vascular pe cadavru; Evaluare 2	2	Idem	
11. Aparatul digestiv: <ul style="list-style-type: none"> • Osteoporoză • Cancerele osoase • Artritele • Artrozele 	2	Idem	
12. Aparatul urinar	2	Idem	

13. Aparatul genital: • Afecțiuni nero-vasculare • Boala Parkinson	2	Idem	
14. Evaluarea finală	2	Idem	

Bibliografie

- M. Ifrim, Ed. Științifică și enciclopedică București – ATLAS DE ANATOMIE UMANA VOL. I;
- V. Papilian, Ed. Didactică și pedagogică București 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. II Splanhnologia;
- Frank H. Netter, Ed. Medicală Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ;
- Niculescu C, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C., Sălăvăstru C., Ciomei C. - Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed. Corint, București 2004.
- Histologie - Tratat și Atlas (JUNQUEIRA), Ed. Medicală Callisto București, 2008;
- Atlas of Clinical Gross Anatomy, Kenneth P. Moses, MD, Pedro B. Nava, PhD, John C. Banks, PhD and Darrell K. Petersen, Ed. Medicală Callisto București;
- Molecular Cell Biology, Harvey Lodish, Arnold Berk, Chris A. Kaiser, Monty Krieger, Matthew P. Scott, Anthony Bretscher, Hidde Ploegh and Paul Matsudaira, Ed. Medicală Callisto București, 2007;
- Gray's Atlas of Anatomy - The Anatomical Basis of Clinical Practice, Susan Stading, Ed. Callisto, București, 2008;
- McMinn's color Atlas of Human Anatomy, P. H. Abrahams, S. C. Marks Jr., R. T. Hutchings, Ed. Elsevier Science & Technology, București, 2003.

Bibliografie minimală

- V. Papilian, Ed. Didactică și pedagogică București 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. II Splanhnologia;
- Frank H. Netter, Ed. Medicală Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ;

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

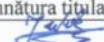
- Abordarea tematicii în conformitate cu calificarea viitoare și menținerea discuțiilor practice cu specificul de activitate din cabinetul de kinetoterapie.


10. Evaluare


Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Examen	Teste grila cu raspunsuri unice și multiple	45%
	Evaluare pe parcurs	Idem	10%
		Frecvența la curs	
Seminar			
Laborator	Colocviu	Caz clinic ipotetic	25%
	Evaluare pe parcurs	Teste grila cu raspunsuri unice și multiple	15%
Proiect			

Standard minim de performanță

- însușirea unor noțiuni elementare de patologie medicală, cu particularități pe aparate și sisteme
- însușirea unor elemente de diagnostic diferențial
- însușirea unor noțiuni cu aplicabilitate în practica curentă ca nutritionist/kinetoterapeut

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
20.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.09.2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
28.09.2018	

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Institu ia de învățământ superior	UNIVERSITATEA „TEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	FIZIOLOGIE				
Titularul activităților de curs	Lect. Univ. Dr. Bilha Claudia				
Titularul activităților de seminar	Asist. univ. dr. Contantinescu Mihai				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorii formative a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DL
	Categorii de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleas)				DO

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

Număr de ore pe săptămână	4	Curs	2	Seminar	2	Lucrări practice		Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	56	Curs	28	Seminar	28	Lucrări practice		Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	33
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	15
Pregătirea seminariilor/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	15
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități:	

Total ore studiu individual	63
Total ore pe semestru	125
Numărul de credite	5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	-Cunoștințe generale de anatomie umană -Cunoștințe generale de biomecanică

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	• mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector	
Desfășurare aplicative	Seminar	• mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: videoproiector, documentare interactive, filme științifice medicale, planșe, mulaje, marker-e colorate, whiteboard, smartboard, pulsoximetru, tensiometru, spirometru, dinamometru.
	Laborator	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> C1. Capacitatea de selecție, combinare și utilizare adecvată a ansamblului integrat, coerent dinamic și deschis de cunoștințe și abilități specifice domeniului C2. Capacitatea de structurare logică a conținuturilor disciplinei
-------------------------	---

Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei • CT2. Utilizarea materialului didactic și a aparatului specific din laboratorul de științe medicale • CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională
-------------------------	---

7. **Obiectivele disciplinei** (reie îndin grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	<p>S definească funcțiile normale ale structurilor organismului uman.</p> <p>S informeze despre complexitatea morfofuncțională a viului (de la celulă la organism).</p> <p>S cunoască funcțiile vitale și mecanismele ce le asigură.</p> <p>S coreleze noțiunile de anatomie cu funcțiile îndeplinite de aparatele și sistemele organismului.</p> <p>S conștientizeze integralitatea ființei umane privită holistic.</p> <p>S cunoască posibilitățile neuro-endocrino-metabolice de adaptare la mediul extern, la factorii exogeni.</p>
Obiectivele specifice	Curs <p>1.S demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. S folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. S înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specific sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. S și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului.
	Seminar <p>S înțeleagă și folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;

8. **Conținuturi**

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<p>Curs teoretic = 28 ore FIZIOLOGIE</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ DEFINIȚIA FIZIOLOGIEI (generale și speciale) a omului. Ergofiziologia. Fiziopatologia. Mecanismele fiziologice generale. Argumente pentru învățarea fiziologiei. Compoziția chimică a materiei vii. Proprietățile fundamentale ale materiei vii. FIZIOLOGIA CELULARĂ. Structura și funcțiile componentelor celulei. Schimbările de substanțe și transferul de informație între celule. ○ FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. 	<p>28 ore</p> <p>2h</p>	<p>Verbale (expunerea, explicația, conversația etc.), Grafice (desene, figuri, tabele, scheme de funcționare etc.).</p>	

<p>Sistemul osos: compozi ie chimic ; corela ii histo-fiziologice; osteogenez , osteoliz i remodelarea osului; metabolismul, dezvoltarea i cre terea oaselor. Rolul sistemului osos. Tipuri de articula ii i mi c ri.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. Sistemul muscular: compozi ia biochimic ; propriet ile mu chilor; sarcomerul; mecanismele contrac iei i relax rii musculare; manifest rile contrac iei; jonc iunea (placa) neuro-muscular .</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Structura i func iile neuronului (excitabilitatea, conductibilitatea). Nevroglia. Elemente de anatomie: nevrax i sistem nervos periferic. Func iile nervilor cranieni. Compartimentele func ionale ale sistemului nervos. Mecanisme generale de reglare: sisteme cibernetice. Arcul i actul reflex. Fiziologia sinapsei.</p>	2h		
<p>o Fiziologia m duvei spin rii, trunchiului cerebral, forma iei reticulate, cerebelului, diencefalului, sistemului limbic, emisferelor cerebrale. Procesele nervoase fundamentale. Reflexele necondi ionate i condi ionate. Fiziologia sistemului nervos vegetativ.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA APARATULUI RESPIRATOR. Ventilatia pulmonar . Difuziunea alveolo-capilar . Transportul gazelor. „Respira ia” celular . Reglarea respira iei.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA APARATULUI CARDIO-VASCULAR. Marea si mica circulatie (circulatia sistemică și func ională). Structura și proprietățile fundamentale ale miocardului. Pompa cardiac . Ciclul cardiac. Fiziologia circula iei sanguine i limfatice. Reglarea circula iei.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA SÂNGELUI. Homeostazia mediului intern. Func iile componentelor sângelui: elemente figurate i plasm . Hemostaza. Grupele sanguine.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA APARATULUI DIGESTIV. Digestia. Fazele digestiei. Procesele motorii i secretorii la nivelul tubului digestiv. Fiziologia glandelor anexe ale aparatului digestiv. Absorb ia intestinal a glucidelor, lipidelor, proteinelor, apei, s rurilor minerale.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA APARATULUI URINAR. Func iile rinichiului. Nefronul. Formarea urinii: filtrarea glomerular , reabsorb ia i secre ia tubular . Reglarea form rii urinii. Mic iunea.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA SISTEMULUI ENDOCRIN. Rolul celor mai importan i hormoni secreta i de glandele endocrine.</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA REPRODUCERII. Sexualitatea. Func iile endocrine i exocrine ale gonadelor. Fecunda ia i sarcina. Al ptarea. Elemente de genetic .</p>	2h		
<p>o FIZIOLOGIA ANALIZAORILOR. Definiția, alc tuirea, clasificarea analizatorilor. Analizatorul interoceptiv, propioceptiv, exteroceptiv. Analizatorul cutanat, vizual, acustic, vestibular, gustativ, olfactiv.</p>	2h		
<p>o METABOLISMUL INTERMEDIAR I ENERGETIC.</p>	2h		
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Antonescu Monica, Badiu Gh, Cri an M, Teodorescu-Exarcu I (red) – Fiziologia i fiziopatologia hemodinamicii – sistemul sanguin. Ed. Medical , Bucure ti, 1984. 2. Badiu Gh, Bogdan MA, Cinteze M et al, Teodorescu-Exarcu I (red) – Fiziologia i fiziopatologia hemodinamicii – sistemul cardiovascular. Ed. Medical , Bucure ti, 1985. 			

<ol style="list-style-type: none"> 3. Badiu Gh, Teodorescu-Exarcu I (red) – Fiziologia și fiziopatologia sistemului nervos. Ed Medical , Bucure ti 1978. 4. Buligescu L, Georghescu B, Pu ca I, Teodorescu-Exarcu I (red) – Fiziologia și fiziopatologia digestiei. Ed Medical , Bucure ti 1982. 5. Dumitru I, Mic nescu-Georghescu Madeleine, Rotaru M, Teodorescu-Exarcu I (red), Teodoru GC – Fiziologia și fiziopatologia reproducerii umane. Ed Medical , Bucure ti, 1977. 6. Du u , Teodorescu-Exarcu I (red) – Fiziologia și fiziopatologia respira iei. Ed Medical , Bucure ti 1979. 7. GUYTON Physiology, Guyton 11th ed, 2005 guyton.pdf 8. H ulic I – Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. 9. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Ni C, S l v stru Carmen, Ciornei C t lina – Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, Bucure ti 2004. 10. Teodorescu-Exarcu I (red) – Fiziologia și fiziopatologia excre iei. Ed Medical , Bucure ti 1981. 11. http://en.wikipedia.org/wiki 12. ***Anatomy and Physiology SALADIN The Unity of Form and Functio.pdf 13. ***Color Atlas of Physiology.pdf 14. ***Netter_Atlas_of_Physiology__scan_.pdf 15. http://www.justmed.eu/fiziologie.php
Bibliografie minimal
<ol style="list-style-type: none"> 1. H ulic I. Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. 2. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Ni C, S l v stru Carmen, Ciornei C t lina. Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, Bucure ti 2004. 3. http://www.justmed.eu/fiziologie.php

Aplica ii (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observa ii
<p>Lucr ri practice = 28 ore FIZIOLOGIE</p> <p>1. DEFINI IA FIZIOLOGIEI (generale și speciale) a omului. Ergofiziologia. Fiziopatologia. Mecanismele fiziologice generale. Argumente pentru înv area fiziologiei. Compozi ia chimic a materiei vii. Propriet ile fundamentale ale materiei vii. FIZIOLOGIA CELULAR . Structura și func iile componentelor celulei. Schimburile de substan e și transferul de informa ie între celule.</p> <p>2. FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. Sistemul osos: compozi ie chimic ; corela ii histo-fiziologice; osteogenez , osteoliz și remodelarea osului; metabolismul, dezvoltarea și cre terea oaselor. Rolul sistemului osos. Tipuri de articula ii și mi c ri.</p> <p>3. FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. Sistemul muscular: compozi ia biochimic ; propriet ile mu chilor; sarcomerul; mecanismele contrac iei și relax rii musculare; manifest rile contrac iei; jonc iunea (placa) neuro-muscular</p> <p>4. FIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Structura și func iile neuronului (excitabilitatea, conductibilitatea). Nevroglia. Elemente de anatomie: nevrax și sistem nervos periferic. Func iile nervilor cranieni. Compartimentele func ionale ale sistemului nervos. Mecanisme generale de reglare: sisteme cibernetice. Arcul și actul reflex. Fiziologia sinapsei.</p> <p>5. Fiziologia m duvei spin rii, trunchiului cerebral, forma iei reticulate, cerebelului, diencefalului, sistemului limbic, emisferelor cerebrale. Procesele nervoase fundamentale. Reflexele necondi ionate și condi ionate. Fiziologia sistemului nervos vegetativ.</p> <p>6. FIZIOLOGIA APARATULUI RESPIRATOR. Ventila ia pulmonar . Difuziunea alveolo-capilar . Transportul gazelor. „Respira ia” celular . Reglarea respira iei.</p> <p>7. FIZIOLOGIA APARATULUI CARDIO-VASCULAR. Marea și mica circulație (circulația sistemică și func ională). Structura și proprietățile fundamentale ale</p>	<p>28 ore</p> <p>2h</p> <p>2h</p> <p>2h</p> <p>2h</p> <p>2h</p>	<p>Intuitive (observarea, demonstra ia), practice(exersarea, crearea de modele etc.).</p>	

miocardului. Pompa cardiac . Ciclul cardiac. Fiziologia circula iei sanguine i limfatice. Reglarea circula iei.	2h		
8. FIZIOLOGIA SÂNGELUI. Homeostazia mediului intern. Func iile componentelor sângelui: elemente figurate i plasm . Hemostaza. Grupele sanguine.	2h		
9. FIZIOLOGIA APARATULUI DIGESTIV. Digestia. Fazele digestiei. Procesele motorii i secretorii la nivelul tubului digestiv. Fiziologia glandelor anexe ale aparatului digestiv. Absorb ia intestinal a glucidelor, lipidelor, proteinelor, apei, s rurilor minerale.	2h		
10. FIZIOLOGIA APARATULUI URINAR. Func iile rinichiului. Nefronul. Formarea urinei: filtrarea glomerular , reabsorb ia i secre ia tubular . Reglarea form rii urinei. Mic iunea.	2h		
11. FIZIOLOGIA SISTEMULUI ENDOCRIN. Rolul celor mai importan i hormoni secreta i de glandele endocrine.	2h		
12. FIZIOLOGIA REPRODUCERII. Sexualitatea. Func iile endocrine i exocrine ale gonadelor. Fecunda ia i sarcina. Al ptarea.	2h		
13. FIZIOLOGIA ANALIZAORILOR. Defini ia, alc tuirea, clasificarea analizatorilor. Analizatorul interoceptiv, proprioceptiv, exteroceptiv. Analizatorul cutanat, vizual, acustic, vestibular, gustativ, olfactiv.	2h		
14. METABOLISMUL INTERMEDIAR I ENERGETIC	2h		

Bibliografie

1. Guyton A – Fiziologie. Ed Amaltea 1996.
2. GUYTON Physiology, Guyton 11th ed, 2005 guyton.pdf
3. H ulic I – Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007.
4. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Ni C, S l v stru Carmen, Ciornei C t lina – Anatomia i fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, Bucure ti 2004.
5. Teodorescu-Exarcu I (red) – Fiziologia i fiziopatologia excre iei. Ed Medical , Bucure ti 1981.
6. <http://en.wikipedia.org/wiki>
7. ***Anatomy and Physiology SALADIN The Unity of Form and Functio.pdf
8. ***Color Atlas of Physiology.pdf
9. ***Netter_Atlas_of_Physiology__scan_.pdf

Bibliografie minimal

10. H ulic I. Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007.
11. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Ni C, S l v stru Carmen, Ciornei C t lina. Anatomia i fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, Bucure ti 2004.

12. Coroborarea con inuturilor disciplinei cu a tept rile reprezentan ilor comunit ii epistemice, asocia iilor profesionale i angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

Este o disciplin de studiu prev zut în planul de înv mânt, pentru primul ciclu de formare profesional , ciclul de licen , face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competen elor i capacit ile profesionale, prezint aspectele ce reglementeaz i direc ioneaz desf urarea activit ilor cadrului didactic, înarmeaz specialistul cu instrumente de opera ionalizare a modalit ii de transmitere eficient a informa iilor. Disciplina urm re te s obi nuieasc studen ii cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice i pe folosirea metodelor generale i specifice de predare în func ie de particularit ile subiec ilor, prin introducerea strategiilor educa ionale centrate pe elev/student. Acest curs prezint mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care i-a format un anumit stil de înv are. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei pred rii, astfel încât s fie satisf cute necesit ile fiec rui student în parte. Plecând de la considerentul c evaluarea cadrelor didactice are la baz eficien a înv rii, este u or de constatat c strategia de predare constituie punctul forte al activit ii ce are ca punct central evolu ia studentului, de fapt evolu ia viitoare a profesorului.

13. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota final
----------------	----------------------	--------------------	------------------------

			finală
Curs	- Valorificarea corectă a limbajului de specialitate în analiza conceptelor fundamentale ale disciplinei - Realizarea conexiunilor terminologice în perspectivă intra și interdisciplinare - Prezența 70% la cursuri	- examen oral sau scris	60%
Seminar	Implicarea activă la activitățile de la seminar - Conștiințiozitatea efectuării sarcinilor de lucru - Calitatea științifică și originalitatea temelor prezentate în proiect Prezența la seminar obligatorie	- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat, eseu, portofoliu , proiect)	40%
Laborator		- alte activități	
Proiect			

Standard minim de performanță

- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;
- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
12.09.2018	<i>Claudia Bilha</i>	<i>Constantinescu Mihail</i>

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.09.2018	<i>[Signature]</i>

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
28.09.2018	<i>[Signature]</i>

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „TEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICEN
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIAL

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR				
Titularul activităților de curs	Lector univ. dr. Craciun Maria Daniela				
Titularul activităților de seminar	Asist. univ dr. Haidamac Ana				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamental, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar				DF
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impus), DA - opțional (la alegere), DL - facultativ (liber aleas)				DO

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

Număr de ore pe săptămână	4	Curs	2	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	30
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități:	

Total ore studiu individual	80
Total ore pe semestru	125
Numărul de credite	5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	Anatomie, Fiziologie
Competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoprojector
Desfășurare aplicative	Lucrări practice	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: videoprojector, documentare interactive, filme științifice medicale, planșe, mulaje, marker-e colorate, whiteboard, smartboard, tensiometru, manechin resuscitare, trusă de prim ajutor.
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> •
	Proiect	<ul style="list-style-type: none"> •

6. Competen e specifice acumulate

Competen e profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Capacitatea de selec ie, combinare i utilizare adecvat a ansamblului integrat, coerent dinamic i deschis de cuno tin e i abilit i specifice domeniului • C2. Capacitatea de structurare logic a con inuturilor disciplinei • C3. Identificarea problematicii de baz a disciplinei i asimilarea elementelor necesare pentru aplicarea n practic a cuno tin elor teoretice nsu ite
Competen e transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Proiectarea i evaluarea activit ilor practice specifice disciplinei • CT2. Utilizarea materialului didactic i a aparaturii specifice • CT3. Operarea cu programe digitale, documentarea i comunicarea ntr-o limb de circula ie interna ional

7. Obiectivele disciplinei (reie ind din grila competen elor specifice acumulate)

Obiectivele generale ale disciplinei		<ul style="list-style-type: none"> - Cunoa tere, n elegere, explicare i interpretare - Test preliminar de anatomia i fiziologia omului - Cunoa terea i utilizarea adecvat a no iunilor specifice disciplinei - Cunoa terea principalelor elemente ale educa iei pentru s n tate - Cunoa terea metodelor de acordare a primului ajutor - Capacitatea de a explica i interpreta con inuturile teoretice i practice ale disciplinei ntr-o abordare interdisciplinar
Obiectivele specifice	Curs	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoasterea informa iilor pentru un stil de via igienic. • Recunoa terea marilor urgen e medicale i chirurgicale. • Cunoa terea algoritmului de interven ie n cazurile de urgen .
	Lucr ri practice	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoa terea problemelor cu care se confrunta s n tatea public prin utilizarea unor pliante sau filme s iintifice. • Cunoa terea principalelor elemente ale educa iei pentru s n tate. • Explicarea con inutului disciplinei prin utilizarea documentarelor interactive, filme tiin ifice medicale; plan e, mulaje, <i>marker</i>-e colorate • Proiectarea i evaluarea activit ilor practice specifice disciplinei • Deprinderea tehnicile de acordare a primului ajutor.

8. Con inuturi

EDUCA IE PENTRU S N TATE I PRIM AJUTOR CURS TEORETIC = 2 ORE	Nr. ore	Metode de predare	Observa ii
1. Ce este s n tatea? Ce nseamn educa ia. Profilaxia. Kinetoprofilaxia. Ce este primul ajutor, cine îl acord . Principii.	2 ore	Expunere, explica ie, conversa ie.	Curs interactiv
2. S n tatea planetei (a mediului nconjurator) – ecologia. Resursele naturale. Factorii de mediu influen eaz s n tatea. Igien , domeniu de interes general.	2 ore	Expunere, explica ie, conversa ie.	Curs interactiv
3. Resuscitarea cardio-respiratorie (stop cardio-respirator)	2 ore	Expunere, explica ie, conversa ie.	Curs interactiv
4. Conduita n caz de nec, tr snet sau electrocutare. Deger tura, hipotermia, insola ia, arsura. Sindromul de decompresiune brusc (boala de cheson).	2 ore	Expunere, explica ie, conversa ie.	Curs interactiv
5. Conduita n calamit i (seism etc.), incendii etc.	2 ore	Expunere, explica ie, conversa ie.	Curs interactiv
6. Primul ajutor n hemoragii externe, exteriorizate sau interne. Accidente casnice, de munc etc.	2 ore	Expunere, explica ie, conversa ie.	Curs interactiv
7. Conduita n cazurile de suspendare a con tien ei (lipotimia, sincopa, starea hipoglicemic , tetania, comi ialitatea, comele etc.). ocul – clasificare, condu it . R ul de mi care (kinetoza).	2 ore	Expunere, explica ie, conversa ie.	Curs interactiv

8. Igiena persoanei. Igiena la locul de muncă . În epurările de insecte (albine, viespi, cîmpușe etc.). Mucurările de animale (câini, erpi, vipere).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Curs interactiv
9. Igiena alimentară. Măsurile de urgență în vărsături, diaree, deshidratare, aspirare-inhalare de corp străini (dezobstrucția căilor aeriene superioare, manevra Heimlich).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Curs interactiv
10. Sindromul de dependență: cafea, tutun, alcool, droguri etc. Intoxicații diverse: respiratorii, digestive, cutanate.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Curs interactiv
11. Primul ajutor în traumatisme: aleseșurilor moi, osoase (fracturi), articulare (entorsa, luxație).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Curs interactiv
12. Psihigiena individuală și interpersonală (socio-profesională). Prevenirea și controlul agresivității (tentativa de suicid, hetero-agresivitatea, violența în familie și societate).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Curs interactiv
13. Planificarea familială și contracepția. Sănătatea reproducției și a familiei. Lupta împotriva bolilor transmisibile: venerice, cu transmitere prin sânge, cu transmitere aeriană, fecal-orală.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Curs interactiv
14. Recapitularea principiilor de educație pentru sănătate și primul ajutor.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Curs interactiv

Bibliografie

1. Asociația Medicală Americană. Primul ajutor în stările de urgență până la sosirea medicului. Ed. Lider, București, 2007.
2. Balint Tatiana, Prim ajutor și evaluare somato-funcțională, Editura ALMA MATER, Bacău, 2010;
3. Branea I. Medicul Salvării. ediția a doua, Ed Helicon, 1996.
4. Bîlha Claudia, Educație pentru SĂNĂTATE și primul ajutor, curs de uz intern, Universitatea Ștefan cel Mare Suceava, 2016;
5. Drăgan I. Medicină sportivă. Ed. Medicală, București, 2002.
6. Mârza Doina. Kinetoprofilaxie primară, TEHNOPRESS, Iași, 2005.
7. Mușat Carmina Liana, Igienă și primul ajutor medical în educație fizică și sport, Ed. Fundației Universitare „Dunărea de Jos” Galați, 2002
8. Negru I., Cum să acorzi primul ajutor în peste 50 de urgențe medicale, Editura Medicală, București, 2007;
9. Partin Zoe. Educație pentru sănătate. Ed Corint, București, 2006.
10. Rotaru Luciana, Rotaru A., Curs de prim ajutor, Editura Medicală Universitară Craiova 2004,
11. Tempeleanu A., Macarie Maria, Urgențele medicale în familie, Centru de informatică educațională, 2007;
12. Guidelines for Resuscitation 2012, European Resuscitation Council(ERC)
13. Urgențe medico-chirurgicale, Editura Ministerului administrației interne, București, 2009;
14. Manual European de Prim Ajutor, Crucea Rosie, București, 2012;
15. Igienă și primul ajutor, Crucea Rosie, București, 2012.

Bibliografie minimală

1. Asociația Medicală Americană. Primul ajutor în stările de urgență până la sosirea medicului. Ed. Lider, București, 2007.
2. Balint Tatiana, Prim ajutor și evaluare somato-funcțională, Editura ALMA MATER, Bacău, 2010;
3. Partin Zoe. Educație pentru sănătate. Ed Corint, București, 2006.
4. Manual European de Prim Ajutor, Crucea Rosie, București, 2012
5. www.smurd.com

EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR –LUCRĂRI PRACTICE 14 ORE	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Manevre generale folosite în acordarea primului ajutor: parametri funcționali evaluați în acordarea primului ajutor, principii în acordarea primului ajutor	2 ore	Observație, demonstrație și exercițiul	Lucrări interactive
2. Resuscitarea cardio respiratorie: reguli, conduită. Primul ajutor în sincopă și lipotimie.	2 ore	Observație, demonstrație și exercițiul	Lucrări interactive
3. Tehnica aplicării bandajelor și tratarea plăgilor Hemostaza corectă în hemoragiile capilare, venoase, arteriale	2 ore	Observație, demonstrație și exercițiul	Lucrări interactive

4. Primul ajutor în degerături, , insolații, arsuri și electrocutări	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Lucrări interactive
5. Primul ajutor în entorse, luxații, fracturi	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Lucrări interactive
6. Primul ajutor în contuzii, întinderi și rupturi musculare.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Lucrări interactive
7. Verificare practică	2 ore	Evaluare practică prim ajutor	

Bibliografie

1. Asociația Medicală Americană. Primul ajutor în stările de urgență până la sosirea medicului. Ed. Lider, București, 2007.
2. Balint Tatiana, Prim ajutor și evaluare somato-funcțional, Editura ALMA MATER, Bacău, 2010;
3. Branea I. Medicul Salvării. ediția a doua, Ed Helicon, 1996.
4. Bîlha Claudia, Educație pentru SĂNĂTATE și prim ajutor, curs de uz intern, Universitatea Ștefan cel Mare Suceava, 2016;
5. Drăgan I. Medicină sportivă. Ed. Medicală, București, 2002.
6. Mârza Doina. Kinetoprofilaxie primară, TEHNOPRESS, Iași, 2005.
7. Mușat Carmina Liana, Igienă și prim ajutor medical în educație fizică și sport, Ed. Fundației Universitare „Dunărea de Jos” Galați, 2002
8. Negru I., Cum să acorzi primul ajutor în peste 50 de urgențe medicale, Editura Medicală, București, 2007;
9. Partin Zoe. Educație pentru sănătate. Ed Corint, București, 2006.
10. Rotaru Luciana, Rotaru A., Curs de prim ajutor, Editura Medicală Universitară Craiova 2004,
11. Tempeleanu A., Macarie Maria, Urgențele medicale în familie, Centru de informatică educațională, 2007;
12. Guidelines for Resuscitation 2012, European Resuscitation Council(ERC)
13. Urgențe medico-chirurgicale, Editura Ministerului administrației interne, București, 2009;
14. Manual European de Prim Ajutor, Crucea Rosie, București, 2012;
15. Igienă și primul ajutor, Crucea Rosie, București, 2012.

Bibliografie minimală

1. Asociația Medicală Americană. Primul ajutor în stările de urgență până la sosirea medicului. Ed. Lider, București, 2007.
2. Balint Tatiana, Prim ajutor și evaluare somato-funcțional, Editura ALMA MATER, Bacău, 2010;
3. Partin Zoe. Educație pentru sănătate. Ed Corint, București, 2006.
4. Manual European de Prim Ajutor, Crucea Rosie, București, 2012
5. www.smurd.com

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru primul ciclu de formare profesională, ciclul de licență, face parte din disciplinele fundamentale ce contribuie la formarea competențelor și capacităților generale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților practice specifice domeniului. Disciplina are ca scop cunoașterea regulilor igienice și problemelor cu care se confruntă sănătatea publică. Este o disciplină de bază necesară disciplinelor ulterioare, care asigură un suport practic util în practicarea propriei profesii. De asemenea, este foarte importantă recunoașterea urgențelor și acordarea primului ajutor în aceste situații.

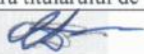
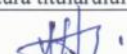
10. Evaluare

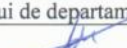
Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Intervenții, exemplificări în cadrul cursului interactiv - Examenul conține 2 subiecte eliminatorii din anatomie și fiziologie	- examen scris	60%
Seminar			
Laborator	- Participarea la activitățile practice active și îndeplinirea sarcinilor de	- prezenta și activitatea la lucrări - caiet de lucrări practice cu teme tratate pe parcurs - Verificare interactivă la sfârșitul orei	5% 10% 5%


	lucru -Realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice -Participare la 85 % lucrări practice și promovarea verificării practice cu minim nota 5.	- verificare practica din prim ajutor	20 %
Proiect		- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat, eseu, portofoliu, proiect)	

Standard minim de performanță

- însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei;
- cunoașterea problemelor de bază din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru;
- realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
20.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.08.2019	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
28.09.2018	

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „TEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	FUNDAMENTE TEORETICE ALE JOCULUI SPORTIV: FOTBAL ȘI BASCET					
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius Lect. univ. dr. Moroșan Larionescu Virgil Adrian					
Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius Lect. univ. dr. Moroșan Larionescu Virgil Adrian					
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen	
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementar					DF
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativ (liber aleasă)					DO

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

I.a) Număr de ore pe săptămână	6	Curs	2	Seminar		Lucrări practice	2	Proiect	
I.b) Totalul de ore din planul de învățământ	56	Curs	28	Seminar		Lucrări practice	28	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	80
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	30
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
II d) Tutoriat	14
III. Examinări	3
IV. Alte activități:	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	144
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	200
Numărul de credite	8

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	-capacități motrice generale -componentele condițiilor fizice optime -bazele fizice ale performanței -reprezentări specifice domeniului -lucrurile în echipă -punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități -dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	• mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoprojector, planșe, diagrame	
Desfășurare aplicativă	Seminar	
	Laborator	• mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, fluier, jaloane, bănci de gimnastică, mingi.
	Proiect	•

6. Competen e specifice acumulate

Competen e profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modular Educa ie fizic i sportiv i planificarea con inuturilor de baz ale domeniului cu orientare interdisciplinar . • C2. Organizarea curriculumului integrat i a mediului de instruire i nv are, cu accent interdisciplinar Educa ie fizic i sportiv . • C3. Evaluarea cre terii i dezvolt rii fizice i a calit ii motricit ii potrivit cerin elor/obiectivelor specifice educa iei fizice si sportive, a atitudinii fa de practicarea independent a exerci iului fizic. • C4. Descrierea i demonstrarea sistemelor opera ionale specifice Educa iei fizice i sportive, pe grupe de vârst . • C5. Evaluarea nivelului de preg tire a practican ilor activit ilor de educa ie fizic i sport. • C6. Utilizarea elementelor de management i marketing specifice domeniului.
Competen e transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Organizarea de activit i de educa ie fizic i sportive pentru persoane de diferite vârste i niveluri de preg tire în condi ii de asisten calificat , cu respectarea normelor de etic i deontologie profesional . • CT2. Îndeplinirea în condi ii de eficien i eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea i desf urarea activit ilor sportive. • CT3. Operarea cu programe digitale , documentarea i comunicarea într-o limb de circula ie interna ional .

7. Obiectivele disciplinei (reie ind din grila competen elor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - s în eleag conceptul de predare i implica iile acestuia în realizarea înv rii; - s cunoasc scopul, finalit ile i obiectivele pred rii; - s poat prezenta într-o manier proprie i adecvat conceptul pred rii; - s cunoasc diverse tehnici de predare; - s - i formeze capacitatea de transmitere a informa iilor în mod diferit în func ie de caracteristicile celor educa i. 	
Obiectivele specifice	Curs <ul style="list-style-type: none"> 1.S demonstreze gândire creativ prin: <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbun t irea i evaluarea permanent a unor strategii proprii de prezentare a con inuturilor informa ionale; - conceperea unor modele de ac ionare i luarea unor decizii adecvate situa iilor dinamice continue; - formarea i folosirea unor deprinderi de judecat corect ; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. 2. S foloseasc modalit i variate de comunicare în func ie de situa iile reale prin: <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacit ii de transmitere, de ascultare, de în elegere a informa iilor transmise i primite; - formarea capacit ii de comunicare verbal , non-verbal i practic ; - formarea capacit ii de asimilare i utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, conven iilor diferitelor modalit ii de exprimare specifice disciplinelor sportive. 3. S în eleag sensul apartenen ei i responsabilit ii profesiei prin: <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacit ii de perfec ionare i autoperfec ionare continu ; - formarea capacit ii de integrare în via a social specific sistemului de înv mânt structurat pe arii curriculare; - formarea capacit ii de responsabilitate fa de actul educativ, i fa de r spunderea form rii oamenilor. 4. 5. S - i formeze un set de valori individuale profesionale i sociale pe care s le respecte în cariera didactic prin: <ul style="list-style-type: none"> - formarea competen ei de a sus ine i argumenta p rerile, ideile; - formarea capacit ii de în elegere a influen ei mediului social i cultural asupra comportamentului. 	
	Seminar	
	Laborator	<p>S în eleag i s foloseasc tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacit ii de a mânui aparatele ajut toare i de a le depozita.; - formarea capacit ii de a combina modalit ile de transmitere a informa iilor cu tehnologia modern ;

		- formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării.
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
FOTBAL Curs teoretic = 14 ore		Verbale (expunerea, explicarea, conversația)	
Capitolul 1 : Bazele generale ale teoriei și metodicii jocului de fotbal (4 ore)			
1.1. Obiectul teoriei și metodicii jocului de fotbal. Fotbalul ca disciplină științifică, sportivă, de învățământ, ca mijloc al educației fizice și sportive, ca sport complementar și ca spectacol sportiv;	2 ore		
1.2. Date privind istoricul jocului de fotbal;	2 ore		
Capitolul 2 : Bazele tehnicii jocului de fotbal (4 ore)			
2.1. Tehnica – definiție, conținut, caracteristici și tendințe;	2 ore		
2.2. Sistematizarea tehnicii și descrierea elementelor tehnice;	2 ore		
Capitolul 3 : Bazele tacticii jocului de fotbal (6 ore)			
3.1. Tactica jocului: definiție, caracteristici, sistematizare și elemente constitutive ale factorului tactic; Organizarea jocului. Momentele fundamentale ale jocului	2 ore		
3.2. Acțiuni tactice de colaborare în atac și apărare;	2 ore		
3.3. Acțiuni tactice de adversitate în atac și apărare;	2 ore		
Baschet			
Curs teoretic = 14 ore			
1. Caracterizarea generală a baschetului, date privind istoricul apariției, evoluției, răspândirii jocului de baschet în lume și în România	2 ore		
2. Acțiuni individuale din conținutul jocului în atac și apărare (terminologie, sistematizare și prezentare biomecanică)	2 ore		
3. Acțiuni colective în cadrul jocului tactica în jocul de atac (acțiuni colective); tactica în jocul de apărare (acțiuni colective);	2 ore 2 ore		
4. Aspecte ale pregătirii fizice în baschet. Model operațional pentru pregătirea echipei reprezentative	2 ore		
5. Greșelile de execuție. Cauzele apariției și formele de manifestare a greșelilor de execuție la principalele procedee tehnice din jocul de baschet	2 ore		
6. Aparate ajutoare în baschet	2 ore		
Bibliografie			
1. Hrișcă A., Predescu T., Dîrjan C., - „Baschet la copii și juniori”, Editura Sport-Turism, București, 1985			
2. Teodorescu L., Predescu T., Vasilescu L., - „Baschet”, Editura Sport-Turism, București, 1981			
3. Zvezdin, V., Zabolic M., Luca Ghe., - „Baschetul în coală”, Editura Lumina Chișinău, 1993;			
4. Programele colare, clasele V-XII, Ministerul Învățământului, 1991			
5. Hânsa, C - „Învățarea jocului de baschet” Editura Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, Galați, 2003;			
6. Hânsa, C., Călin, L.-“Baschet-tehnic și tactic”, Editura Fundației Universității “Dunărea de Jos”, Galați, 2004;			
7. Moan, A-“Baschet-metodic”, Editura Alpha, 2005;			
8. Predescu, T., Moan, A-“Baschetul în coală -instruire și învățare”Editura Semne, București, 2001			
*****Regulamentul oficial al jocului de baschet; ***** www.frbaschet.ro			
9. Demian I. Marius – „Curs de fotbal”, Ed. Univ. de Vest „Vasile Goldi”, Arad, 1998.			
10. Ion V. Ionescu – „Football – Tehnica și tactica jocului”, Ed. Helicon, Timișoara, 1995			
11. Constantinescu D. – “Fotbal. Curs de bază. Tehnica și tactica jocului”, Ed. Univ. “Al.I.Cuza”, Iași, 1995			
12. Bârsan M. – “Fotbal. Probleme generale. Tehnica jocului”, Buc. 1980			
13. GROSU Bogdan-Marius, 2014, FOTBAL – Fundamente științifice, Editura Universității „tefan cel Mare” din Suceava			
Bibliografie minimală			
1. Hânsa, C., Călin, L.-“Baschet-tehnic și tactic”, Editura Fundației Universității “Dunărea de Jos”, Galați, 2004;			
2. Predescu, T., Moan, A-“Baschetul în coală -instruire și învățare”Editura Semne, București, 2001.			
3. Regulamentul oficial al jocului de baschet; www.frbaschet.ro			
4. Cernăianu C. – „Fotbal – Manualul antrenorului profesionist”, Ed. Rotech Pro, București, 2000			
5. Motroc I., Motroc F. – “Fotbalul la copii și juniori”, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 1996			

6. Voica I. – “Lec ii de fotbal”, Ed. Stadion, Buc, 1974
7. Apolzan Dan – „Fotbal 2010” – Federa ia Român de Fotbal, 2000
8. GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universit ii „ tefan cel Mare” din Suceava, 2013

Aplica ii (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observa ii
FOTBAL - Lucr ri practice = 28 ore – Sem.2	28 ore	intuitive	
1.Structuri de exerci ii pentru înv area, consolidarea i perfec ionarea lovirii mingii cu piciorul	2ore	(observarea, demonstra ia), practice(exersarea), metoda aparatelor	
1.1. În v area, consolidarea i perfec ionarea lovirii mingii cu interiorul labei piciorului (latul),cu iretul plin, cu iretul interior i iretul exterior, cu exteriorul labei piciorului, prin deviere, lovirea mingii cu vârful labei piciorului, cu c lcâiul, cu genunchiul, din vole, din demivole i prin forfecare		ajut toare, în v area prin descoperire.	
2.Structuri de exerci ii pentru înv area, consolidarea i perfec ionarea prelu rii mingii	2 ore		
2.1. În v area, consolidarea i perfec ionarea prelu rii prin rico are a mingilor rostogolite, prin amortizare a mingilor cu traiectorie înalt (amortizare realizat cu laba piciorului, coapsa, pieptul, capul, abdomenul)			
3.Structuri de exerci ii pentru înv area, consolidarea i perfec ionarea conducerii mingii	2ore		
3.1. În v area, consolidarea i perfec ionarea conducerii mingii cu latul piciorului i cu iretul interior, plin i exterior			
4.Structuri de exerci ii pentru înv area, consolidarea i perfec ionarea mi c rii în el toare	2 ore		
4.1. În v area, consolidarea i perfec ionarea mi c rilor în el toare executate cu minge, f r minge, de pe loc i din deplasare, executate cu diferite segmente ale corpului, cu una sau mai multe ac iuni de simulare			
5.Structuri de exerci ii pentru înv area, consolidarea i perfec ionarea lovirii mingii cu capul	2 ore		
5.1. În v area, consolidarea i perfec ionarea lovirii mingii cu capul de pe loc i din alergare, din s ritur cu b taie pe un picior i pe ambele picioare, din plonjon, spre înainte, înapoi i în lateral			
6.Structuri de exerci ii pentru înv area, consolidarea i perfec ionarea deposed rii adversarului de minge	2 ore		
6.1. În v area, consolidarea i perfec ionarea procedeelelor tehnice de deposedare a adversarului de minge din fa (frontal) , din lateral (cu piciorul interior i exterior adversarului) , din spate (cu piciorul interior i exterior adversarului) i prin alunecare (cu atac frontal, cu atac lateral i cu plonjon, cu atac posterior, prin alunecare cu un picior i cu ambele picioare) (2ore)			
7.Probe de control	2 ore		
BASCHEȚ - Lucr ri practice = 14 ore – Sem.2			
Lec ia nr.1: Prezentarea cerin elor la disciplina baschet. Acomodarea studen ilor cu mingea.	2 ore		
Teste ini iale. Verificarea nivelului de însu ire a principalelor elemente: pasa, driblingul, aruncarea la co , mi carea în teren, izolat i în condi ii de joc.			
Lec ia nr.2: În v area pozi iei fundamentale, deplas rii în teren, schimb rii de direc ie, piruetei, opririi i pivot rii	2 ore		
Regulament: Instala ii în baschet.			
Lec ia nr. 3: În v area inerii, prinderii, protec iei i			

Lecia nr. 4:	<p>pas rii mingii cu dou mâini de la piept de pe loc și din deplasare. Driblingul.</p> <p>Joc coal : „Cine totalizează cele mai mult pase”, „Cât țig mingea”.</p> <p>Regulament: pași, dublu dribling</p> <p>Învățarea aruncării la coș cu o mână, respectiv două de pe loc și a urmării la panou.</p> <p>Joc coal : aruncări la coș de pe loc după procedurile alese: coșurile înscrise din aruncările cu o mână valorează 2 puncte, cele înscrise cu două mâini 1 punct. Aruncări la coș din deplasare de pe diferite poziții.</p> <p>Regulament: angajarea între doi jucători, posesia alternativă și așezarea la aruncarea liberă.</p>	2 ore		
Lecia nr. 5:	<p>Învățarea aruncării la coș din alergare și din săritură.</p> <p>Repetarea aruncării la coș de pe loc și a driblingului, precum și a celorlalte elemente tehnice.</p> <p>Joc coal : joc 3x3 pe jumătate de teren.</p> <p>Regulament: linia de fund, linia de centru (marcaje ale terenului), repunerea din lateral și de sub coș.</p>	2 ore		
Lecia nr. 6:	<p>Învățarea marcajului și a demarcajului în relația 1x1. Intercepția. Capacul.</p> <p>Regulament: regula de 3" 5" 8" 24"</p> <p>Fixarea aruncărilor.</p>	2 ore		
Lecia nr. 7:	Pregătirea în vederea susținerii probei practice la baschet.	2 ore		

Bibliografie

1. Ciorbă Constantin – „Baschet – curs grafic”, Editura PIM, Iași 2006.
2. Hânsa, C., Călin, L.-„Baschet-tehnic și tactic”, Editura Fundației Universității „Dunărea de Jos”, Galați, 2004.
3. Luca Gh, Pavelescu D. - „Baschet” Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2000.
4. Predescu, T., Moană, A- „Baschetul în coal -instruire și învățare” Editura Semne, București, 2001.
5. Regulamentul oficial al jocului de baschet; www.frbaschet.ro.
6. Demian I. Marius – „Curs de fotbal”, Ed. Univ. de Vest „Vasile Goldi”, Arad, 1998.
7. Ion V. Ionescu – „Football – Tehnica și tactica jocului”, Ed. Helicon, Timișoara, 1995
8. Constantinescu D. – „Fotbal. Curs de bază. Tehnica și tactica jocului”, Ed. Univ. „A.I.Cuza”, Iași, 1995
9. Bârsan M. – „Fotbal. Probleme generale. Tehnica jocului”, Buc. 1980
10. Nicolovian I. – „Fotbal la copii”, Ed. Stadion, Buc, 1971
11. Roșculea N. – „Fotbal. Probleme de joc și antrenament”, Ed. UCFS, Buc, 1966

Bibliografie minimal

1. Ciorbă Constantin – „Baschet – curs grafic”, Editura PIM, Iași 2006.
2. Luca Gh, Pavelescu D. - „Baschet” Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2000.
3. Predescu, T., Moană, A- „Baschetul în coal -instruire și învățare” Editura Semne, București, 2001.
4. Cernăianu C. – „Fotbal – Manualul antrenorului profesionist”, Ed. Rotech Pro, București, 2000
5. Motroc I., Motroc F. – „Fotbalul la copii și juniori”, Ed. Didactică și Pedagogică, Buc., 1996
6. Voica I. – „Lecții de fotbal”, Ed. Stadion, Buc, 1974
7. Apolzan Dan – „Fotbal 2010” – Federația Română de Fotbal, 2000
8. GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universității „Tefan cel Mare” din Suceava, 2013

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru primul ciclu de formare profesională, ciclul de licență, ce contribuie la formarea competențelor și capacităților profesionale, prezintă aspectele ce contribuie la

formarea științifică a viitorului specialist în educație fizică și sport, înarmându-l pe acesta cu cunoștințe și competențe pentru activitatea profesională ulterioară. Disciplina urmărește să formeze la studenți obișnuința abordării științifice a acestui joc sportiv, precum și abordarea instruirii prin prisma metodelor didactice moderne, centrate pe elev. Competențele care se vor regăsi la absolventul prezentului curs vor asigura suportul informațional în vederea predării acestei discipline la un nivel optim, punând accent pe 3 compartimente importante ale disciplinei: tehnic, tactic și de regulament.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs		- examen oral	60%
Lucrări practice		- 3 complexe tehnico-tactice	30%
Laborator		- alte activități (precizați):..... - probe de evaluare formativă (test docimologic, referat/ eseu/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe/ participare competiții sportive)	10%

Standard minim de performanță

Standarde minime pentru nota 5:

-progresul individual, frecvența la lucrările practice și atitudinea față de disciplină, însușirea parțială a programei din punct de vedere metodic, teoretic și practic.

Participare la 80 % lucrări practice și promovarea colocviului și examenului cu minim nota 5.

Standarde minime pentru nota 10:

- participare la 80 % lucrări practice, predarea portofoliului complet, performanța motrică, nivelul însușirii programei din punct de vedere, teoretic și practic, atitudinea față de disciplină.

Data completării 21.09.2018	Semnătura titularului de curs GResu Bogdan Vasilescu	Semnătura titularului de seminar GResu Bogdan Vasilescu
Data avizării în departament 28.09.2018	Semnătura directorului de departament	
Data aprobării în Consiliul academic 28.09.2018	Semnătura decanului	

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALA

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	COMUNICARE ÎN ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE				
Titularul activităților de curs	Lector. univ. dr. Pricop Gheorghe				
Titularul activităților de seminar	Lector. univ. dr. Pricop Gheorghe				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Verificare
Regimul disciplinei	Categorii formative a disciplinei DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementară				DC
	Categorii de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

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

Număr de ore pe săptămână	2	Curs	Seminar	2	Lucrări practice	Proiect
Totalul de ore din planul de învățământ	28	Curs	Seminar	28	Lucrări practice	Proiect

Distribuția fondului de timp	ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	4
Tutoriat	
Examinări	3
Alte activități: pregătire frontală – curs, l.p.	

Total ore studiu individual	44
Total ore pe semestru	75
Numărul de credite	3

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> - capacități motrice generale - componentele condiției fizice optime - bazele fizice ale performanței - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă - punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități - dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector 	
Desfășurare aplicații	Seminar	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: aparatura specifica
	Laborator	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară • Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar • Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic • Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă • Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive • Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării; - să cunoască scopul, finalitățile și obiectivele predării; - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptul predării; - să cunoască diverse tehnici de predare; - să-și formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați. 				
Obiectivele specifice	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Curs</th> <th></th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Seminar</td> <td> <p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului. <p>5. Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; </td> </tr> </tbody> </table>	Curs		Seminar	<p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului. <p>5. Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă;
Curs					
Seminar	<p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de a susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului. <p>5. Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; 				

		- formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;
	Laborator	
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
		Verbale (expunerea, explicația, conversația),	
Bibliografie			
Bibliografie minimală			

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Analiza situației de comunicare 2 ore - Exerciții de identificare a elementelor componente. - Planul de comunicare. Situație și context. - Prezentarea și prima impresie. Intrarea în scenă. - Exerciții de interpretare și analiză.	28	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea),	
2. Climatul de comunicare și despre comunicare 2 ore - Spațiul, locul, timpul. - Satisfacerea necesității fizice, relaționale, spirituale, instrumentale. - Exerciții de interpretare și analiză.			
3. Bariere pentru o comunicare eficientă 2 ore - Exerciții de etichetă și atitudine. - Codul bunelor maniere.			
4. Formele comunicării 2 ore - Exerciții de comunicare verbală/nonverbală. - Exerciții de comunicare orală/scrisă. - Exerciții de metacomunicare și paralimbaj.			
5. Comunicarea nonverbală 2 ore - Rolul comunicării nonverbale în evaluarea celorlalți. - Autoprezentarea nonverbală. Gesturi, postură, expresia feței, prezența personală.			
6. Comunicarea verbală. Vorbirea în fața unui auditoriu 2 ore - Autoprezentarea. - Prezentarea celorlalți. - Prezentarea unei situații externe. - Prezentarea rezumatului unui text.			
7. Teatrul în sport 2 ore - Exerciții de dezvoltare a limbajului verbal și nonverbal. - Exerciții de interpretare ad-hoc. - Interpretare și analiză.			
8. Utilizarea comunicării în construirea unei echipe 2 ore - Abilități de management și transmitere a informației de către manager. Decizii și comuniare. - Comunicarea internă în cadrul echipei. - Gestionarea conflictului pe în comunicare. Negocierea. - Comunicarea în exteriorul echipei.			
9. Comunicarea ca mijloc motivațional 2 ore - Exerciții de argumentare, dezbateri, convingere. - Metode de ancorare în stări resursă. - Rolul persuasiunii în comunicare			
10. Cultură și comunicare. 2 ore - Identificarea rolului culturii în comunicare. - Exerciții de comunicare interculturală			
11. Întrebarea ca factor decisiv în comunicare 2 ore - Exerciții de formulare a întrebărilor.			

<ul style="list-style-type: none"> - Exerciții de transmitere a stărilor sau a emoțiilor prin întrebări. 			
<ul style="list-style-type: none"> 12. Comunicarea în scris (Newsletter-ul, revista, flyer-ul, scrisoarea de intenție, afișul, poster-ul, bannerul, CV-ul) 2 ore - Crearea unui material de prezentare și intenție care să transmită mesajul dorit către exterior. Planificare. Coerența textului. - Exerciții de interpretare a unui text. 			
<ul style="list-style-type: none"> 13. Forme de comunicare specifice diferitelor discipline și ramuri sportive .. 2 ore - Exerciții de interpretare și recunoaștere a formelor de comunicare specifice. - Comunicare prin termeni de specialitate. 			
<ul style="list-style-type: none"> 14. Prezența (atenția și concentrarea), ca factori decisivi în comunicare. Controlul emoțiilor 2 ore - Exerciții de dezvoltare a atenției. - Rolul emoțiilor în comunicare. 			
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Irene Chiru – Comunicarea interpersonală, Ed. Tritonic Bucuresti, 2003 2. Maurice J., Steven E. Tobias, Brian S. Friedlander – Inteligența emoțională în educația copiilor, Ed Curtea veche, Bucuresti, 2002 3. Peter Collett – Cartea gesturilor – Cum putem citi gândurile oamenilor din acțiunile lor, Ed. Trei, Bucuresti, 2005 4. Septimiu Chelcea, Loredana Ivan, Adina Chelcea – Comunicarea nonverbal: gesturile și postura, Ed. Comunicare.ro, București 2005 5. Ștefan Prutianu – Manual de comunicare și negocieri în afaceri, Ed. Polirom, Iași 2000 6. Allan Pease – Limbajul trupului, Ed. Polimark, București 1997 7. Allan Pease – Întrebările sunt de fapt răspunsuri, Ed. Curtea veche, București 2001 8. Allan Pease, Barbara Pease – De ce bărbații se uită la meci și femeile se uita în oglindă, Ed. Curtea veche, București 2001 9. De Visscher, P. Neculau, A., 2001, Dinamica grupurilor, Texte de bază, Iași, Editura Polirom; 10. Kory Floyd, Comuniarea interpersonală, Ed. Polirom, Iași 2013 			
Bibliografie minimală			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Irene Chiru – Comunicarea interpersonală, Ed. Tritonic Bucuresti, 2003 2. Maurice J., Steven E. Tobias, Brian S. Friedlander – Inteligența emoțională în educația copiilor, Ed Curtea veche, Bucuresti, 2002 			

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru primul ciclu de formare profesională, ciclul de licență, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.


10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
		- susținere de activități de probă cu tematică specificată (VERIFICARE)	50%
Seminar		Obligatoriu: (caiet de lucrări practice și test docimologic Una la alegere: referat/ eseu/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe/ dezbateri pe o temă stabilită/ participare la competiții sportive ca jucător, arbitru, organizator etc.)	50%
Laborator			
Proiect			

Standard minim de performanță
Standarde minime pentru nota 5: Însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei, cunoașterea problemelor de bază din domeniu, parcurgerea bibliografiei minimale, participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru, realizarea temelor de lecție la seminarii, promovarea colocviului cu minim nota 5, atitudinea față de disciplină.
Standarde minime pentru nota 10: Însușirea noțiunilor, ideilor specifice disciplinei, cunoașterea problemelor de bază din domeniu, participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru, realizarea temelor de lecție seminarii, atitudinea față de disciplină, predarea portofoliului complet – referate, caiet de studiu, participarea la conferințe sau competiții sportive, performanță motrică.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
26.09.2018		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
28.09.2018	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
28.09.2018	

FI A DISCIPLINEI

1. Date despre program

Institu ia de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ TEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
Departamentul	DE EDUCAŢIE FIZICĂ ŞI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENŢĂ
Programul de studii/calificarea	KINETOTERAPIE ŞI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	STAGIU DE APLICĂRI PRACTICE ÎN MEDIUL MONTAN				
Titularul activităților de curs					
Titularul activităților de seminar	Asist. univ. drd Andreea Lazăr				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	Verificare 3 CREDITE
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF – fundamentală, DD – în domeniu, DS – de specialitate, DC – complementar				DD
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO – obligatorie (impusă), DA – opțională (la alegere), DL – facultativă (liber aleasă)				DO

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

I a. Număr de ore pe săptămână		Curs		Seminar		Lucrări practice		Proiect	
I b. Totalul de ore din planul de învățământ		Curs		Seminar		Lucrări practice	56	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp	ore
II a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	10
II b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	7
II c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	
II d. Tutoriat	
III. Examinări	2
IV. Alte activități:	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	17
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	75
Numărul de credite	3

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> -capacități motrice generale -componentele condiției fizice optime -bazele fizice ale performanței -reprezentări specifice domeniului -lucrurile în echipă -punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități -dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoprojector 	
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, fluier, teren, porți, jaloane, conuri, mingi.
	Proiect	•

6. Competen e specifice acumulate

Competen e profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • C1. Proiectarea modular a schiului alpin i planificarea con inuturilor de baz ale domeniului cu orientare interdisciplinar • C2. Organizarea curriculumului integrat i a mediului de instruire i nv are, cu accent interdisciplinar • C3. Evaluarea cre terii i dezvolt rii fizice i a calit ii motricit ii potrivit cerin elor/obiectivelor specifice educa iei fizice si sportive, a atitudinii fa de practicarea independent a exerci iului fizic • C4. Descrierea i demonstrarea sistemelor opera ionale specifice educa iei fizice i sportive, pe grupe de vârst • C5. Evaluarea nivelului de preg tire a practican ilor activit ilor de educa ie fizic i sport • C6. Utilizarea elementelor de management i marketing specifice domeniului
Competen e transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1. Organizarea de activit i de educa ie fizic i sportive pentru persoane de diferite vârste i niveluri de preg tire în condi ii de asisten calificat , cu respectarea normelor de etic i deontologie profesional • CT2. Îndeplinirea în condi ii de eficien i eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea i desf urarea activit ilor sportive • CT3. Operarea cu programe digitale , documentarea i comunicarea într-o limb de circula ie interna ional

7. Obiectivele disciplinei (reie ind din grila competen elor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	Cunoa terea factorilor naturali i de clim specifici montani în care se desf oar această activitate	
Obiectivele specifice	Curs	
	Seminar	
	Laborator	
	Stagiu	<p>Cunoa terea factorilor naturali i de clim specifici sta iunii balneare montane</p> <p>Cunoa terea metodelor i procedeele de tratament care se aplicate in stagiunile balneare montane</p> <p>Cunoa terea traseelor pentru curele de teren</p> <p>Practicarea unui sport specific care poate deveni o alternativ în cadrul programelor de recuperare sau de profilaxie, reconfortare i odihn .</p> <p>Cunoasterea principalelor tipuri de accidente întalnite in mediul montan si acordarea primului ajutor</p>

8. Con inuturi

Aplica ii (Seminar/laborator/proiect)	Nr ore	Metode de predare	Observa ii
1. Organizare; Cunoa terea locatiilor de practic din mediul montan, instruire si regulament	6 ore	observa ia, demonstra ia,	
2. Cunoa terea factorilor climatoterapeutici din mediul montan	4 ore	observa ia, demonstra ia,	
3. Folosirea factorilor climatoterapeutici din statiunea Vatra Dornei Vizit într-o baza de tratament balnear.	6 ore	observa ia, demonstra ia, exerci iul	
4. Modalitati de folosire a factorilor climatoterapeutici din mediul montan: climat sedativ, ape minerale, etc. Efectele biologice ale climatului de atitudine asupra omului sanatos si bolnav	6 ore	observa ia, demonstra ia, exerci iul	
5. Vizit la salvamont- cunoasterea principalelor accidente suferite pe munte- instructaj – prim ajutor	6 ore	observa ia, demonstra ia, exerci iul	
6. Antrenament la efort in conditiile climatului montan cure de teren, trasee montane.	8 ore	observa ia, demonstra ia, exerci iul	
7. Antrenament la efort in conditiile climatului montan cure de teren, trasee montane.	8 ore	observa ia, demonstra ia, exerci iul	
8. Antrenament la efort in conditiile climatului montan cure de teren, trasee montane.	8 ore	observa ia, demonstra ia, exerci iul	

14. Evaluare finală scrisă si orală	4 ore	Evaluare	
Bibliografie			
1. Albu Adriana, Albu C, Petcu I. Rascarachi. G., <i>Știți să respirați corect?</i> Ed. Polirom, Iași, 2001; 2. Cioroiu, S.G., <i>Kinetoterapie de la teorie la practică.</i> Ed. Universitatii Transilvania, Brasov 2012; 3. Cordun M. <i>Kinetologie medicală,</i> Ed. Axa, București, 1999; 4. Dieaconu D., Sandulache I., <i>Ghidul excursiilor montane,</i> Ed. Universitară, Bucuresti, 2014; 5. Rădulescu A., <i>Electroterapie,</i> Ed. Medicala, Bucuresti 2004; 6. Rădulescu A., Teodorescu Elena, <i>Notiuni de balneofizioterapie și balneoclimatologie,</i> Ed. Medicala, Bucuresti 2014; 7. Sbenghe T., <i>Kinesiologie stiinta medicală,</i> Ed. Medicala, Bucuresti, 2008 ;			
Bibliografie minimală			
1. Albu Adriana, Albu C, Petcu I. Rascarachi. G., <i>Știți să respirați corect?</i> Ed. Polirom, Iași, 2001; 2. Dieaconu D., Sandulache I., <i>Ghidul excursiilor montane,</i> Ed. Universitară, Bucuresti, 2014; 3. Rădulescu A., Teodorescu Elena, <i>Notiuni de balneofizioterapie și balneoclimatologie,</i> Ed. Medicala, Bucuresti 2014;			

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

10. **Evaluare**

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Practică	<ul style="list-style-type: none"> - Implicarea activă în activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru - Capacitatea de a transfera conceptele teoretice în practică - Conștiințiozitatea efectuării sarcinilor de lucru - Realizarea raportului de activitate practica si a caietului de practică - Promovarea colocviului individual cu minim nota 5 	<ul style="list-style-type: none"> - colocviu individual scris si practic - portofoliu de practică 	50% 50%
Laborator		- alte activități (precizați):.....	
Proiect			
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice 			
Data completării	Semnătura titularului de curs		Semnătura titularului de seminar
20.09.2018	<i>Jca</i>		<i>Jca</i>
Data avizării în departament		Semnătura directorului de departament	
28.09.2018		<i>Jca</i>	
Data aprobării în Consiliul academic		Semnătura decanului	
28.09.2018		<i>Jca</i>	

