

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ SI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ANATOMIE I				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei				DF
	DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	91
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	94
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP2 - Aplică tehnici organizaționale CP5 - Utilizează diferite canale de comunicare CP9 - Interpretează rezultate medicale CP13 - Utilizează tehnologii de e-sănătate și sănătate mobilă CP14 – Promovează sănătatea și oferă educație pentru sănătate
Competențe transversale	CT3 - Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul definește noțiunile generale, structurale (anatomice) și funcționale ale organismului uman, în vederea elaborării programelor de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 2.1. Identifică structurile și funcțiile organismului uman și metodele de evaluare a funcțiilor biologice. 2.2. Prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametri de mișcare.	Studentul/Absolventul: 2.1.1. Integrează noțiuni fundamentale privind structurile și funcțiile organismului uman în procesul de reabilitare. 2.2.1. Recunoaște caracteristicile mișcării și parametrii acestora.
Studentul/Absolventul definește noțiunile generale și descrie mecanismele biochimice și fiziopatologice ale bolilor, bazele anatomopatologice ale modificărilor induse de patologie, în vederea implementării programelor de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 3.1. Prezintă noțiuni fundamentale privind mecanismele generale de producere a bolilor. 3.2. Caracterizează modificările biochimice în funcție de starea de sănătate și nivelul de efort fizic.	Studentul/Absolventul: 3.1.1. Recunoaște modificările induse de patologie și cauzele acestora. 3.2.1. Stabilește parametrii efortului fizic în funcție de obiectivele de intervenție.

6. **Obiectivele disciplinei** (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea structurilor corpului uman, a organizării acestora în sisteme a raporturilor dintre ele a corelațiilor anatomo-funcționale privind structurile corpului uman precum și explorarea anatomică a structurilor corpului uman în domeniul kinetoterapiei
-----------------------------------	---

7. **Conținutul predării și învățării**

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
INTRODUCERE ÎN ANATOMIE: Poziția anatomică și termenii direcționali; Clasificarea oaselor; Structura oaselor; Craniul.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 5 – 32) + prezentare PowerPoint nr. 1 + 2 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
APARATUL LOCOMOTOR: COLOANA VERTEBRALĂ ȘI TORACELE: Regiunile coloanei vertebrale; Curburile coloanei vertebrale; Discurile intervertebrale; Caracterele generale ale vertebrelor tipice; Vertebrelor atipice; Alcătuirea cutiei toracice;	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 33 – 50) + prezentare PowerPoint nr. 3 + 4 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
APARATUL LOCOMOTOR: MEMBRUL SUPERIOR: Centura membrului superior; Scheletul membrului superior: brațul, antebrațul, mână; Oasele antebrațului; Oasele mâinii; Oasele degetelor.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 51 – 60) + prezentare PowerPoint nr. 4 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
APARATUL LOCOMOTOR: MEMBRUL INFERIOR: Centura membrului inferior: alcătuire; Scheletul membrului inferior: coapsa, gamba, piciorul; Oasele gambei; Oasele piciorului; Oasele degetelor piciorului; Bolțile piciorului.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 61 – 76) + prezentare PowerPoint nr. 5 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
ARTROLOGIA: Clasificarea articulațiilor;	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti

Articulațiile sinoviale; Biomecanica articulațiilor.			(pag. 77 – 86) + prezentare PowerPoint nr. 6 (pusa la dispoziție de titularul cursului)
ARTICULAȚIILE COLOANEI VERTEBRALE: Articulațiile vertebrelor adevărate; Articulațiile vertebrelor false. ARTICULAȚIILE COLOANEI VERTEBRALE CU CRANIUL ARTICULAȚIILE CAPULUI ARTICULAȚIILE TORACELUI	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 87 – 98) + prezentare PowerPoint nr. 7 + 8 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
ARTICULAȚIILE MEMBRULUI SUPERIOR: Articulația scapulo humerală; Articulația cotului; Articulația mâinii; Articulațiile intercarpiene; Articulațiile degetelor.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 99 – 111) + prezentare PowerPoint nr. 9 + 10 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
ARTICULAȚIILE MEMBRULUI INFERIOR: Articulația șoldului (coxofemurală); Articulația genunchiului; Articulațiile tibiofibulare; Articulațiile piciorului.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 112 – 130) + prezentare PowerPoint nr. 11 (pusa la dispoziție de titularul cursului)
MIOLOGIE Funcțiile țesutului muscular; Conformația exterioară a mușchilor; Proprietățile țesutului muscular; MUȘCHII CAPULUI MUȘCHII GÂTULUI	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. Sistemul muscular, 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 5 – 19) + prezentare PowerPoint nr. 12 + 13 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
MUȘCHII SPATELUI Mușchii planului I; Mușchii planului II; Mușchii planului III; Mușchii planului IV; Mușchii planului V.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. Sistemul muscular, 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 20 – 31) + prezentare PowerPoint nr. 14 (pusa la dispoziție de titularul cursului)
MUȘCHII TORACELUI MUȘCHII ABDOMENULUI MUȘCHII MEMBRULUI SUPERIOR Mușchii umărului; Mușchii brațului.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 32 – 49) + prezentare PowerPoint nr. 15 + 16 + 17 + 18 (pusa la dispoziție de titularul cursului)

MUȘCHII MEMBRULUI SUPERIOR Mușchii antebrăului; Mușchii mâinii.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 50 – 70) + prezentare PowerPoint nr. 19 + 20 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
MUȘCHII MEMBRULUI INFERIOR: Mușchii bazinului; Mușchii coapsei,	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 71 – 81) + prezentare PowerPoint nr. 21 + 22 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
MUȘCHII MEMBRULUI INFERIOR: Mușchii gambei; Mușchii piciorului.	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 71 – 98) + prezentare PowerPoint nr. 23 + 24 + 25 (pusa la dispozitie de titularul cursului)
Bibliografie minimală recomandată			
• Iulian Ștefan Holubiac – Anatomie funcțională. Sistemul osteo-articular, Editura Universității din Pitești, 2019; • Iulian Ștefan Holubiac – Anatomie funcțională. Sistemul muscular, Editura Universității din Pitești, 2019; • I. Ietcu , M.D. Crăciun, Notiuni generale de anatomie funcțională, Editura Universității Suceava, Suceava 2005. • V. Papilian, Ed. Didactică și pedagogică București 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR; • Grays Atlas of Anatomy - Susan Stadring, Ed.Elsevier, 2019;			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Poziția anatomică și termenii direcționali – aplicații practice; Clasificarea oaselor - aplicații practice; Structura oaselor - aplicații practice; Craniul - aplicații practice.	2	Observația, conversatia, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 5 – 32) + prezentare PowerPoint nr. 1 + 2 (pusa la dispozitie de titularul lucrărilor practice)
APARATUL LOCOMOTOR: COLOANA VERTEBRALĂ ȘI TORACELE – APLICAȚII PRACTICE: Regiunile coloanei vertebrale; Curburile coloanei vertebrale; Discurile intervertebrale; Caracterele generale ale vertebrelor tipice; Vertebrele atipice; Alcătuirea cutiei toracice;	2	Observația, conversatia, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 33 – 50) + prezentare PowerPoint nr. 3 + 4 (pusa la dispozitie de titularul lucrărilor practice)
APARATUL LOCOMOTOR: MEMBRUL SUPERIOR – APLICAȚII PRACTICE: Centura membrului superior; Scheletul membrului superior: brațul, antebrăul, mâna; Oasele antebrăului;	2	Observația, conversatia, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 51 – 60) + prezentare PowerPoint nr. 4 (pusa la dispozitie

Oasele mâinii; Oasele degetelor.			de titularul lucrarilor practice)
APARATUL LOCOMOTOR: MEMBRUL INFERIOR – APLICAȚII PRACTICE: Centura membrului inferior: alcătuire; Scheletul membrului inferior: coapsa, gamba, piciorul; Oasele gambei; Oasele piciorului; Oasele degetelor piciorului; Bolțile piciorului.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 61 – 76) + prezentare PowerPoint nr. 5 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
ARTROLOGIA – APLICAȚII PRACTICE: Clasificarea articulațiilor; Articulațiile sinoviale; Biomecanica articulațiilor.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 77 – 86) + prezentare PowerPoint nr. 6 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
ARTICULAȚIILE COLOANEI VERTEBRALE – APLICAȚII PRACTICE: Articulațiile vertebrelor adevărate; Articulațiile vertebrelor false. ARTICULAȚIILE COLOANEI VERTEBRALE CU CRANIUL ARTICULAȚIILE CAPULUI ARTICULAȚIILE TORACELUI	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 87 – 98) + prezentare PowerPoint nr. 7 + 8 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
ARTICULAȚIILE MEMBRULUI SUPERIOR – APLICAȚII PRACTICE: Articulația scapulohumerală; Articulația cotului; Articulația mâinii; Articulațiile intercarpiene; Articulațiile degetelor.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 99 – 111) + prezentare PowerPoint nr. 9 + 10 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
ARTICULAȚIILE MEMBRULUI INFERIOR – APLICAȚII PRACTICE: Articulația șoldului (coxofemurală); Articulația genunchiului; Articulațiile tibiofibulare; Articulațiile piciorului.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 112 – 130) + prezentare PowerPoint nr. 11 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
MIOLOGIE – APLICAȚII PRACTICE Funcțiile țesutului muscular; Conformația exterioară a mușchilor; Proprietățile țesutului muscular; MUȘCHII CAPULUI MUȘCHII GÂTULUI	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 5 – 19) + prezentare PowerPoint nr. 12 + 13 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
MUȘCHII SPATELUI – APLICAȚII PRACTICE	2	Observația, conversația,	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie functionala. ,

Mușchii planului I; Mușchii planului II; Mușchii planului III; Mușchii planului IV; Mușchii planului V.		demonstrația, exersarea	2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 20 – 31) + prezentare PowerPoint nr. 14(pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
MUȘCHII TORACELUI – APLICAȚII PRACTICE MUȘCHII ABDOMENULUI MUȘCHII MEMBRULUI SUPERIOR Mușchii umărului; Mușchii brațului.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie funcțională. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 32 – 49) + prezentare PowerPoint nr. 15 + 16 + 17 + 18 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
MUȘCHII MEMBRULUI SUPERIOR – APLICAȚII PRACTICE Mușchii antebrațului; Mușchii mâinii.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie funcțională. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 50 – 70) + prezentare PowerPoint nr. 19 + 20 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
MUȘCHII MEMBRULUI INFERIOR – APLICAȚII PRACTICE: Mușchii bazinului; Mușchii coapsei,	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie funcțională. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 71 – 81) + prezentare PowerPoint nr. 21 + 22 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
MUȘCHII MEMBRULUI INFERIOR – APLICAȚII PRACTICE: Mușchii gambei; Mușchii piciorului.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	Holubiac Iulian Stefan, Anatomie funcțională. , 2019, editura Universitatii din Pitesti (pag. 71 – 98) + prezentare PowerPoint nr. 23 + 24 + 25 (pusa la dispozitie de titularul lucrarilor practice)
Bibliografie minimală recomandată			
• Holubiac Iulian Ștefan. ANATOMIE FUNCȚIONALĂ. SISTEMUL OSOTE-ARTICULAR, Editura Universității din Pitești, 2019; • Holubiac Iulian Ștefan. ANATOMIE FUNCȚIONALĂ. SISTEMUL MUSCULAR, Editura Universității din Pitești, 2019; • Archer, P., & Nelson, L. (2013). <i>Applied anatomy & physiology for manual therapists</i>. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins. • Baksa, G., Mandl, P., Benis, S., Patonay, L., Balint, G. P., & Balint, P. V. (2018). <i>Gross Anatomy of the Human Hand. Nature</i>. • Drake, R. L., Vogl, A. W., Mitchell, A. W., Tibbitts, R. M., & Richardson, P. E. (2015). <i>Gray's atlas of anatomy second edition</i>. Canada: Elsevier. • Neumann, D. A. (2006). <i>Kinesiology of the musculoskeletal system</i>. Mosby.			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv (CP2, CP5, CP9) Realizarea conexiunilor terminologice în perspectivă intra și interdisciplinară (CP13, CP14, CT3)	Examen scris - întrebări cu răspunsuri descriptive	50%
Laborator/ Lucrări practice	Implicarea activă la nivelul activităților practice realizate în manieră individuală sau la nivel de grup (CT3) Cunoașterea principalelor grupe musculare de la nivelul corpului precum și a oaselor de la același nivel (CP2, CP5, CT3)	- teste de verificare a cunoștințelor susținute pe parcurs;	50%

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
08.09.2025	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. Univ. Dr. Crăciun Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. Univ. Dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. Univ. Dr. Leuciuc Florin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Departamentul	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Programul de studii	LICENȚĂ
	KINETOTERAPEI ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BIOMECANICĂ			
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare
Regimul disciplinei	Categorizația formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară			DF
	Categorizația de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă			DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	66
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	69
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	125
Numărul de credite	5

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	- CP2. Aplică tehnici organizaționale - CP5. Utilizează diferite canale de comunicare - CP12. Contribuie la procesul de reabilitare - CP13. Utilizează tehnologii de e-sănătate și sănătate mobilă
Competențe transversale	CT3. Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul definește noțiunile generale, structurale (anatomice) și funcționale ale organismului uman, în vederea elaborării programelor de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 2.1. Identifică structurile și funcțiile organismului uman și metodele de evaluare a funcțiilor biologice. 2.2. Prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametrii de mișcare.	Studentul/Absolventul: 2.1.1. Integrează noțiuni fundamentale privind structurile și funcțiile organismului uman în procesul de reabilitare. 2.2.1. Recunoaște caracteristicile mișcării și parametrii acestora.

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

Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea unui set complex de competențe necesare specialistului în kinetoterapie, CP2, CP5, CP12, CP13, CT3)
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 28 ore	28	Verbale	Bibliografie 2 Cap.
1. Bazele generale ale biomecanicii	(2 ore)	(expunerea, explicația, conversația),	1 Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- definiție și obiectul de studiu al biomecanicii			
- concepte fundamentale ale biomecanicii			
- noțiuni de biomecanică generală (2 ore)			
2. Statica corpului uman.	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2. Cap.2
- caracteristicile morfofuncționale ale oaselor		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- clasificarea mișcărilor în raport cu planurile anatomice			
- caracteristicile morfofuncționale ale oaselor			
- alcătuirea scheletului uman (2 ore)			
3. Tipuri de articulații.	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2. Cap. 3
- principalele articulații ale corpului		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- caracterele generale ale mușchilor scheletici			
- principalii mușchi scheletici – biomecanica mușchilor (2 ore)			
4. Fiziologia mușchilor	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2. Cap. 4
- proprietățile funcționale ale mușchilor		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- mecanismul contracției musculare			
- tipuri de contracții musculare			
- forța musculară – randamentul muscular – oboseala musculară (2 ore)			
5. Mecanismele generale ale locomoției	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2 Cap. 5
- tipurile de pârghii din organismul uman		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- forțele interioare și exterioare ce acționează asupra organismului uman			
- lanțurile cinematice			
- lanțuri musculare (2 ore)			
6. Biomecanica membrului superior	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2. Cap. 6
- biomecanica articulațiilor		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- biomecanica brațului – cotului – antebrățului – gâtului mâinii și a mâinii			
- lanțurile musculare ce acționează pârghiile membrelor la efectuarea mișcărilor			
- forțele ce intervin în acționarea membrelor (2 ore)			
7. Biomecanica membrului inferior	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2. Cap. 7
- biomecanica coapsei		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- 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	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2. Cap. 8
- mișcările coloanei vertebrale		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- biomecanica articulației atlantoaxoidiene			
- biomecanica articulației occipitoatlantoidiene			
- încărcarea vertebrelor (2 ore)			
9. Biomecanica mersului	(2 ore)	Verbale	Bibliografie 2. Cap. 9
- caracteristicile mersului – pasul		(expunerea, explicația, conversația),	Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
- diferitele forme de mers			
- oscilațiile centrului de greutate a corpului în timpul mersului (2 ore)			
10. Biomecanica alergării	(2 ore)		Bibliografie 2. Cap. 9
- caracteristicile pasului în alergare			
- biomecanica pasului dublu în alergare			
- elemente biomecanice în startul de viteză			

- lanțuri musculare acționate în alergarea de viteză (2 ore)			Curs aflat în biblioteca USV
11. Biomecanica săriturilor - caracteristicile săriturilor – cunoașterea tipurilor de sărituri - particularitățile săriturilor - analiza biomecanică a săriturilor - lanțuri cinematice și lanțuri musculare acționate la săritura în înălțime (2 ore)	(2 ore)	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	PPT(pus la dispoziție) Bibibliografie 2. Cap. 10 Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
12. Biomecanica aruncărilor - biomecanica aruncării ciocanului – particularitățile aruncării – lanțuri musculare - aruncarea suliței – biomecanica – lanțuri musculare (2 ore)	(2 ore)	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibibliografie 2. Cap. 11 Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
13. Biomecanica înotului și a sporturilor nautice - analiza biomecanică a mișcărilor la înotători - dispoziția lanțurilor musculare și a lanțurilor cinematice la start - caiacul – lanțuri musculare, lanțuri cinematice - canoa – lanțuri musculare, lanțuri cinematice (2 ore)	(2 ore)	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibibliografie 2 Cap. 12 Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
14. Biomecanica aplicată la jocurile sportive - analiza biomecanică a jocului de baschet - analiza biomecanică a jocului de handbal - analiza biomecanică a jocului de volei - analiza biomecanică în gimnastica sportivă (2 ore)	(2 ore)		Bibibliografie 2. Cap. 13 Curs aflat în biblioteca USV PPT(pus la dispoziție)
Bibliografie minimală recomandată			
1. Budescu, E, Iacob I - Bazele biomecanicii în sport. Ed. Universitatii Ai. I. Cuza, Iasi 2. Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Iași, 2009 3. Opreșan, C., Popovici, G.A., - Mecanisme, Editura Tehnica-Info, Chișinău 2001. 4. Poterașu, V. F., Popescu D., - Curs de mecanică teoretică, vol. 1, 2, Universitatea Tehnică „Gh. Asachi” Iași, 1995.			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
• Seminar = 28 ore 1 Bazele generale ale biomecanicii <i>Concepte fundamentale ale biomecanicii- statutul de știință a Biomecanicii</i>	28 (4 ore)	intuitive (observarea, demonstrația), practice	Bibibliografie 1, 2
2 Mecanismele generale ale locomoției <i>Mecanismele generale ale locomoției</i> - tipurile de pârghii din organismul uman - forțele interioare și exterioare ce acționează asupra organismului uman - lanțurile cinematice - lanțuri musculare	(4 ore)	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibibliografie 1,
3 Biomecanica membrului superior și inferior - biomecanica articulațiilor - lanțurile musculare ce acționează pârghiile membrelor la efectuarea mișcărilor - forțele ce intervin în acționarea membrelor	(4 ore)	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibibliografie 1,
4 Biomecanica mersului - caracteristicile mersului - diferitele forme de mers - oscilațiile centrului de greutate a corpului în timpul mersului	(4 ore)	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibibliografie 1,

5 Biomecanica alergării - caracteristicile alergării - cunoașterea diferitelor forme de alergare - biomecanica alergării - oscilațiile centrului de greutate a corpului în timpul alergării	(4 ore)	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1,
6 Biomecanica săriturilor - caracteristicile săriturilor – cunoașterea tipurilor de sărituri - particularitățile săriturilor - analiza biomecanică a săriturilor	(4 ore)	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1,
7 Biomecanica aplicată la jocurile sportive - analiza biomecanică a jocului de baschet - analiza biomecanică a jocului de handbal - analiza biomecanică a jocului de volei <i>analiza biomecanică în gimnastica sportivă</i>	(4 ore)		
Bibliografie minimală recomandată			
1. Benedek F. – Biomecanica, Editura PIM, Iași, 2009 2. C., Baci – Aparatul locomotor. Editura Medicală. București 1981			

5. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Evaluarea cunostintelor teoretice (CP2, CP12, CT3) Cunoașterea conceptelor de bază ale biomecanicii Abilitatea de a rezolva subiectele de examen Dezvoltarea aptitudinilor de a efectua activitati pentru perfectionarea si dezvoltarea sa profesionala (CP2, CP5, CT3)	- examen ORAL	50%
Seminar	Evaluarea activitatii pe parcursul semestrului	- colocviu individual Prezentarea unui proiect individual cu tema la alegere	50%
Laborator/ Lucrări practice			
Proiect			

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
10.09.2025	Conf.univ.dr. BENEDEK Florian	Conf.univ.dr. BENEDEK Florian
Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program	
20.09.2025	Conf. Univ. Dr. Crăciun Daniela	

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. Univ. Dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. Univ. Dr. Leuciuc Florin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BAZELE TEORETICE ALE ACTIVITĂȚILOR MOTRICE				
Anul de studiu	I	Semestrul	1	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	67
II.b) Tutoriat (pentru ID)	-
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	-

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	69
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	125
Numărul de credite	5

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP2. Aplică tehnici organizaționale CP5. Utilizează diferite canale de comunicare CP12. Contribuie la procesul de reabilitare
Competențe transversale	CT1. Dă dovadă de inițiativă CT2. Își asumă responsabilitatea

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la conceptele de motricitate și activitate motrică, structura și funcțiile activităților motorii umane, efectele acestora asupra dezvoltării și educării, astfel încât să poată fi utilizate în procesul de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 1.1. Utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate. 1.2. Utilizează terminologia, în funcție de activitățile motrice. 1.3. Distinge rolul și locul kinetoterapeutului în diferite contexte profesionale.	Studentul/Absolventul: 1.1.1. Exemplifică acte, acțiuni și activități motrice. 1.2.1. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu. 1.3.1. Identifică atribuțiile kinetoterapeutului în cadrul echipelor interdisciplinare.

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

Obiectivul general al disciplinei	Formarea deprinderii de aplicare a cunoștințelor domeniului în diferite subdomenii ale culturii fizice și formarea unei concepții proprii privind apartenența activităților fizice la domeniul culturii fizice și a rolului acestora în societate (CP2, CP5, CP12, CT1, CT2).
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Teoria educației fizice și sportului - disciplină științifică - cultura fizică – parte a culturii universale; - sarcinile teoriei educației fizice; - problematica teoriei educației fizice și sportului; - izvoarele teoriei educației fizice și sportului; - constituirea, evoluția și locul teoriei educației fizice și sportului.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 1 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
2. Noțiunile principale ale teoriei educației fizice și sportului - noțiunile educație fizică, sport, mișcarea omului; - noțiunea capacitate motrică; - noțiunea psihomotricitatea omului; - noțiunea sarcină motrică; - noțiunea deprindere motrică; - noțiunea exercițiul fizic și dezvoltare fizică	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 2 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
3. Educația fizică și sportul ca activități sociale - origine și esență; - ideal, funcții și obiective.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 3 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
4. Sistemul mijloacelor educației fizice - mijloace specifice (exercițiul fizic, aparatura de specialitate, mijloacele de refacere după efort); - mijloacele nespecifice (condițiile igienice, factorii naturali de călire, mijloace împrumutate); - exercițiul fizic – mijloc de bază al educației fizice și sportului.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 4 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
5. Componentele proceselor instructiv-educative de educație fizică și sport - cunoștințele de specialitate; - indicii morfo-functionali; - elementele de conținut ale altor laturi ale educației.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 5 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
6. Calitățile motrice - clasificare, generalități; - viteza (definiție, forme de manifestare, factori determinanți);	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 5 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
7. Calitățile motrice - clasificare, generalități; - îndemânarea (definiție, forme de manifestare, factori determinanți);	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 5 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
8. Calitățile motrice - rezistența (definiție, forme de manifestare, factori determinanți);	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 5 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
9. Calitățile motrice - forța (definiție, forme de manifestare, factori determinanți).	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 5 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
10. Deprinderile și priceperile motrice - definiție și caracteristici; - etapele formării deprinderilor motrice; - clasificarea deprinderilor motrice; - transferul și interferența; - priceperile motrice.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 6 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
11. Noțiuni generale despre efort în procesul de practicare a exercițiilor fizice - componentele efortului; - orientarea efortului; - oboseala.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 7 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)

12. Creșterea și dezvoltarea omului în diferite perioade ale vieții - creșterea și dezvoltarea omului – generalități; - caracteristici motrice generale ale omului la diferite vârste.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 8 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
13. Caracteristicile motricității la diferite perioade ale vieții - activitatea motrică la preșcolari și școlari; - caracteristici ale motricității la maturitate; - efectele sanogenetice ale sportului; - factorii de risc ai sănătății.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 9 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
14. Noțiuni privind activitatea motrică independentă - indicele de masă corporală; - evaluarea capacității aerobe de efort; - evaluarea forței și rezistenței musculare; - evaluarea consumului energetic zilnic și stabilirea rației alimentare; - indicele de activitate fizică; - estimarea consumului de calorii pe baza intensității și duratei efortului.	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. Cap 10 (suport de curs în format electronic și în format fizic în biblioteca USV)
Bibliografie minimală recomandată			
1. Ghervan, P., 2019, Teoria și Metodica Educației fizice și sportului, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, Suceava 2. Cârstea, Gh., 2000, Teoria și metodica Educației Fizice și Sportului, Editura AN-DA, București 3. Dragnea, A., 2002, Teoria educației fizice și sportului, Ediția a II – a (revăzută), Editura FEST, București 4. Rață, G., Rață, Gh., 2008, Educația fizică și metodica predării ei (Curriculum suport pentru profesorii de educație fizică), Ediția a II – a revăzută și modificată, Editura PIM, Iași			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<i>Seminar 1</i> Teoria educației fizice și sportului ca disciplină științifică Noțiunile teoretice: educație fizică, sport, motricitate	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 2</i> Noțiunile teoretice: capacitate motrică, dezvoltare fizică, psihomotricitate, calitate motrică, deprindere motrică, exercițiu fizic	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 3</i> Funcțiile și obiectivele educației fizice și sportului.	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 4</i> Mijloacele educației fizice și sportului. Exercițiul fizic, mijloc de bază	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 5</i> Componentele procesului instructiv-educativ - Indicii morfofuncționali	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 6</i> Componentele procesului instructiv-educativ - Calități motrice (generalități)	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)

<i>Seminar 7</i> Calitățile motrice - clasificare, generalități; viteza (definiție, forme de manifestare, factori determinanți);	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 8</i> Calitățile motrice - clasificare, generalități; îndemânarea (definiție, forme de manifestare, factori determinanți);	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 9</i> Calitățile motrice - clasificare, generalități; rezistența (definiție, forme de manifestare, factori determinanți);	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 10</i> Calitățile motrice - clasificare, generalități; forța (definiție, forme de manifestare, factori determinanți);	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 11</i> Deprinderile și priceperile motrice: definiție și caracteristici; etapele formării deprinderilor motrice; clasificarea deprinderilor motrice;	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 12</i> Noțiuni generale despre efort în procesul de practicare a exercițiilor fizice: componentele efortului; orientarea efortului; oboseala.	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 13</i> Creșterea și dezvoltarea omului în diferite perioade ale vieții creșterea și dezvoltarea omului – generalități; caracteristici motrice generale ale omului la diferite vârste.	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
<i>Seminar 14</i> Noțiuni privind activitatea motrică independentă: indicele de masă corporală; evaluarea capacității aerobe de efort; evaluarea forței și rezistenței musculare; evaluarea consumului energetic zilnic și stabilirea rației alimentare; indicele de activitate fizică; estimarea consumului de calorii pe baza intensității și duratei efortului.	2	Conversație- explicație Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (suport în format fizic la biblioteca USV și disponibil la titularul activității de seminar)
Bibliografie minimală recomandată			
1. Boca, A., Teorie Educației Fizice și Sportului – caiet de seminar, Editura Universității „Ștefan cel Mare”, Suceava 2. Ghervan, P., 2019, Teoria și Metodica Educației fizice și sportului, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, Suceava			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea conceptelor specifice domeniului educației fizice și sportului (CP2, CP5, CP12, CT1, CT2) Prezentarea noțiunilor specifice domeniului educației fizice și sportului. (CP2, CP5, CP12, CT1, CT2)	Examen scris și oral	50%

Seminar	Două teste de evaluare (CP2, CP5) Prezentarea unei teme de seminar (CP5,CP12, CT2)	- Teste de evaluare a cunoștințelor - Prezentarea unei teme de seminar cu tema data	50%
Laborator/ Lucrări practice			
Proiect			

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
12.09.2025	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan	Lect. univ. dr. Holubiac Iulian

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. univ. dr. Leuciuc Florin-Valentin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	68
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	4
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	72
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP2. Aplică tehnici organizaționale CP12. Contribuie la procesul de reabilitare
Competențe transversale	CT1. Dă dovadă de inițiativă CT2. Își asumă responsabilitatea

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la conceptele de motricitate și activitate motrică, structura și funcțiile activităților motorii umane, efectele acestora asupra dezvoltării și educării, astfel încât să poată fi utilizate în procesul de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 1.1. Utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate. 1.2. Utilizează terminologia, în funcție de activitățile motrice. 1.3. Distinge rolul și locul kinetoterapeutului în diferite contexte profesionale.	Studentul/Absolventul: 1.1.1. Exemplifică acte, acțiuni și activități motrice. 1.2.1. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu. 1.3.1. Identifică atribuțiile kinetoterapeutului în cadrul echipelor interdisciplinare.

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

Obiectivul general al disciplinei	Studentul/Absolventul cunoaște și aplică principiile și tehnicile de bază ale atletismului (alergare, sărituri, aruncări) pentru dezvoltarea și evaluarea capacităților motrice, coordonării și rezistenței, în scopul utilizării lor în procesul de reabilitare și educație motrică.
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Curs-14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
C1. Introducere în atletism - Prezentarea fișei disciplinei: obiective generale, competențe vizate, conținuturi, metode de predare, evaluare. - Bazele generale ale atletismului: importanța atletismului în educația fizică, dezvoltarea motrică și psihomotrică. - Aspecte generale ale tehnicii: - Alergare – fazele alergării, poziția corpului, coordonarea mișcărilor brațelor și picioarelor. - Sărituri – fazele săriturii (impulsie, zbor, aterizare). - Aruncări – etapele aruncării (poziție inițială, elan, aruncare, echilibrare). - Bazele învățării exercițiilor din „Școala atletismului”: principiile progresivității, corectitudinii execuției și dozării efortului.	2	Curs interactiv cu suport power-point. Brainstorming. Peer-teaching	[1]-P 12-22
C2. Școala alergării (I) - Exerciții de alergare și metodica lor: - Alergarea ușoară (corectitudinea poziției și respirației). - Alergarea cu joc de gleznă. - Alergarea cu pendularea gambei înapoi. - Alergarea cu genunchii sus. - Aspecte metodice: demonstrarea corectă, utilizarea progresiei (de la simplu la complex), feedback.	2	Curs interactiv cu suport power-point. Brainstorming. Peer-teaching	[1]-P.28-60
C3. Școala alergării (II) - Exerciții de alergare variată: - Alergarea laterală cu pași încrucișați. - Alergarea laterală cu pași adăugați. - Alergarea accelerată. - Alergarea lansată. - Alergarea în tempo moderat. - Alergarea pe teren variat. - Alergarea peste obstacole. - Metodica: dezvoltarea vitezei, ritmului și coordonării, integrarea în jocuri dinamice.	2	Curs interactiv cu suport power-point. Brainstorming. Peer-teaching	[1]-P.62-77
C4. Școala săriturii - Exerciții de bază: - Sărituri pe loc cu desprindere pe un picior. - Sărituri pe loc cu desprindere pe două picioare. - Săritura peste obstacole. - Exerciții dinamice: - Pasul săltat. - Pasul sărit. - Combinatii de sărituri. - Tehnică și metodică: pregătirea articulațiilor, coordonarea impulsiei, dezvoltarea forței explozive.	2	Curs interactiv cu suport power-point. Brainstorming. Peer-teaching	[1]-P.82-103
C5. Școala aruncării (I) - Aruncarea tip azvârlire – tehnică și metodică (aruncarea mingii de oină, a suliței). - Aruncarea tip împingere – tehnică și metodică (împingerea mingii medicinale, bila de greutate)	2	Curs interactiv cu suport power-point. Brainstorming. Peer-teaching	[1]-P.116-122
C6. Școala aruncării (II) - Aruncarea tip lansare – tehnică și metodică (discul, ciocanul). - Săritura în lungime, procedeul ghemuit – fazele săriturii, corectarea execuției, metode de învățare	2	Curs interactiv cu suport power-point. Brainstorming. Peer-teaching	[1]-P.106, 127
C7. Aplicații și integrare în activități ludice - Aruncarea mingii de oină – tehnică, corectarea greșelilor frecvente. - Atletismul sub formă de joc: adaptări metodice pentru elevii cu cerințe educative speciale (incluere, siguranță, accesibilitate).	2	Curs interactiv cu suport power-point. Brainstorming. Peer-teaching	

Bibliografie minimală recomandată			
1. Elena Vizitiu Lakhdari , Bogdan Constantin Rață, Oana Nesteriuc-Bazele Generale ale Atletismului/The Basics of Athletics, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj Napoca, 2024, P. 267, ISBN 978-606-17-2432-1 2. Cucui Alina Ionela, Practica atletismului în kinetoterapie, Editura Bibliotheca , Târgoviște 2016			
Lucrări practice 14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
LP1: Școala alergării – exerciții fundamentale - Alergarea ușoară - Alergarea cu joc de glezne - Alergarea cu pendularea gambei înapoi - Alergarea cu genunchii sus	2	Explicație, demonstrație, repetare	[1] p 25-36 [2]p-107
LP2: Școala alergării – exerciții variate I - Alergarea laterală cu pași adăugați - Alergarea laterală cu pași încrucișați - Alergarea cu genunchii întinși înainte - Alergarea cu pendularea gambei înainte	2	Explicație, demonstrație, repetare	[1]p 37-66 [2]-p107
LP3: Școala alergării – exerciții variate II - Alergarea accelerată - Alergarea lansată - Alergarea în tempo moderat - Alergarea pe teren variat - Alergarea peste obstacole Verificare formativă	2	Explicație, demonstrație, repetare	[1]p 67-77 [2]-p107
LP4: Școala săriturii – exerciții de bază - Sărituri pe loc cu desprindere de pe două picioare - Sărituri pe loc cu desprindere de pe un picior - Sărituri pe, de pe și peste obstacole - Săritura în lungime de pe loc	2	Explicație, demonstrație, repetare	[1]p. 82-91 [2]-p.107
LP5: Școala săriturii – exerciții variate și combinate - Pas sărit - Pas săltat - Combinații de sărituri Verificare formativă	2	Explicație, demonstrație, repetare	[1]p.99-103 [2]-p107
LP6: Școala aruncării – exerciții de bază I - Aruncări de tip împingere (cu două și cu o mână) - Aruncări de tip azvârlire (cu două și cu o mână)	2	Explicație, demonstrație, repetare	[1]p.118-122 [2]-p.107
LP7: Școala aruncării – exerciții de bază II - Aruncări de tip lansare (cu două și cu o mână) Verificare formative și sumativă	2	Explicație, demonstrație, repetare	[1]p.127 [2]-p107
Bibliografie minimală recomandată			
1. Elena Vizitiu Lakhdari , Bogdan Constantin Rață, Oana Nesteriuc-Bazele Generale ale Atletismului/The Basics of Athletics, Editura Casa Cărții de Știință, Cluj Napoca, 2024, P. 267, ISBN 978-606-17-2432-1 2. Cucui Alina Ionela, Practica atletismului în kinetoterapie, Editura Bibliotheca , Târgoviște 2016			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	1. Cunoașterea și prezentarea teoretică privind tehnica și metodică Școlii atletismului Criterii de evaluare: - Claritate și coerență în expunere - Corectitudinea informațiilor teoretice despre tehnica și metodică exercițiilor	Colocviu-prezentare orală	50 %

	• Capacitatea de a exemplifica și explica teoretic exercițiile din Școala atletismului • Utilizarea corectă a terminologiei de specialitate 30% 2. Realizarea unui referat din Școala atletismului Criterii de evaluare: • Respectarea temei și a structurii unui referat (introducere, cuprins, concluzii) • Corectitudinea informațiilor teoretice • Claritate, coerență și logică în redactare • Originalitate și exprimare personală • Respectarea normelor de citare și bibliografie 20 %		
Lucrări practice	1. Capacitatea de a demonstra tehnic exercițiile din Școala atletismului Criterii de evaluare: • Corectitudinea execuției tehnice a exercițiilor • Respectarea etapelor și principiilor metodice pentru fiecare exercițiu • Coordonarea mișcărilor brațelor și picioarelor, postura și echilibrul corpului • Gradul de autonomie în realizarea exercițiilor • Capacitatea de a demonstra exercițiile într-un mod clar și didactic 30% 2. Elaborarea caietului de lucrări practice pentru Școala atletismului Criterii de evaluare: • Corectitudinea și claritatea informațiilor înscrise în caiet • Structurarea și organizarea materialului (exerciții, scheme, explicații metodice) • Respectarea cerințelor metodice și a normelor de redactare • Consecvența între exercițiile înscrise și cele demonstrate practice 20%	Verificare practică-verificare formativă și sumativă	50%

Fișa disciplinei include, dacă este cazul, elemente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
10.09.2025	Conf. univ.dr. Vizitiu Lakhdari Elena	Asist. univ.Palibroda Paul

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
18.09.2025	Conf. univ.dr. Crăciun Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ.dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
22.09.2025	Prof.univ.dr. Leuciuc Florin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BAZELE GENERALE ALE GIMNASTICII				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	EXAMEN
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	56
II.b) Tutoriat (pentru ID)	-
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	-

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	58
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP2. Aplică tehnici educaționale CP12. Contribuie la procesul de reabilitare CP14. Promovează sănătatea și oferă educație pentru sănătate
Competențe transversale	CT4. Își menține aptitudinile fizice

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul explică noțiunile generale ale domeniului, referitoare la conceptele de motricitate și activitate motrică, structura și funcțiile activității motrice umane, efectele acestora asupra dezvoltării și educării, astfel încât să poată fi utilizate în procesul de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 1.1.Utilizează noțiunile fundamentale ale motricității umane în contexte variate. 1.2.Utilizează terminologia în funcție de activitățile motrice 1.3. Distinge rolul și locul kinetoterapeutului în diferite context profesionale	Studentul/Absolventul: 1.1.1.Exemplifică acte, acțiuni și activități motrice. 1.2.1. Argumentează utilizarea terminologiei de specialitate în cadrul unor dezbateri din domeniu. 1.3.1. Identifică atribuțiile kinetoterapeutului în cadrul echipelor interdisciplinare.

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

Obiectivul general al disciplinei	Formarea unui sistem de cunoștințe teoretice și practice specifice gimnasticii de bază, privind învățarea și consolidarea acțiunilor specifice, a mijloacelor și a succesiunii metodice a acestora, în vederea aplicării lor corecte în procesul de instruire.(CP2, CP12, CP14, CT 4).
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
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	Verbale:Prelegerea, expunerea, explicația, conversația. Problematizarea Breinstorming Prezentare filme	Bibliogr.1., Cap.2, p.14-20 (Biblioteca USV). Bibliogr. 3., Cap 1., P15-27, (Biblioteca USV). + PPT (pus la dispoziție)
2. Definiția și conținutul gimnasticii. Concepte teoretice privind caracteristicile, obiectivele, scopul , sarcinile, ramurile și mijloacele gimnasticii; Gimnastica de bază - definiție, scop, obiective, mijloace.	2 ore	Verbale:Prelegerea, expunerea, explicația, conversația. Problematizarea Breinstorming Prezentare filme	Bibliogr.1., Cap.2, p.14-20 (Biblioteca USV). Bibliogr. 3., Cap 1., P15-27, (Biblioteca USV). + PPT (pus la dispoziție)
3. Noțiuni teoretice și indicații metodice privind utilizarea mijloacelor gimnasticii de bază - terminologia gimnasticii - bazele generale ale mișcărilor și pozițiile specifice gimnasticii; descrierea terminologică a exercițiilor de gimnastică.	2 ore	Prelegerea,expunerea, explicația, conversația. Problematizarea Breinstorming	Bibliogr.1., Cap.2, p.28-37 (Biblioteca USV). + PPT (pus la dispoziție)
4. Tendințe și orientări privind elementele structurale organizatorice fundamentale ale activităților de educație fizică și sport; exercițiile de front și formații (acțiuni pe loc; acțiuni din deplasare; alcătuiți și schimbări de formații).	2 ore	Verbale:prelegerea, expunerea, explicația, conversația. Problematizarea Intuitive: Prezentare PPT Observația	Bibliogr. 1. Cap.3, p.47-62 (Biblioteca USV), + PPT (pus la dispoziție) Bibliogr.4, cap.1, p.22-29 (pus la dispoziție);Bibliogr.3, p.13 (Biblioteca USV)
5. Fundamentarea teoretico-metodică a exercițiilor de dezvoltare fizică generală, mijloace centrale ale gimnasticii de bază.	2 ore	Verbale:prelegerea, explicația, conversația. expunerea, problematizarea Intuitive: prezentare ppt, prezentare filme.	Bibliogr. 1. Cap.4, p.63 -68 (Biblioteca USV), + PPT (pus la dispoziție). Bibliogr. 2., p 14, (Biblioteca USV), PPT (pus la dispoziție). Bibliogr.3, p14, (Biblioteca USV).
6. Teoria și metoda predării exercițiilor utilitar-aplicative. Noțiuni teoretice privind alcătuirea parcurșurilor aplicative; Teoria jocurilor de mișcare.	2 ore	Verbale:prelegerea, expunerea, explicația, conversația,Breinstorming ProblematizareaIntuitive: Prezentare PPT Observația, prezentare filme	Bibliogr. 1. Cap.5, p.99 (Biblioteca USV), + PPT (pus la dispoziție). Bibliogr. 3., p 49, (Biblioteca USV), PPT (pus la dispoziție).
7. Noțiuni teoretice introductive privind tehnica și metoda predării exercițiilor acrobatice, poziții statice și mișcări acrobatice simple.	2 ore	Verbale:prelegerea, expunerea, explicația, conversația.Breinstorming Problematizarea Intuitive: Prezentare PPT Observația, Prezentare filme	Bibliogr. 2. Cap.12-37, (Biblioteca USV), + PPT (pus la dispoziție). Bibliogr. 3., p 64-75, (Biblioteca USV), PPT (pus la dispoziție).

Bibliografie minimală recomandată

1. NANU L., DRĂGAN T.M.(2010), Manual de gimnastică, Editura Galați University Press, Galați
2. PETRE PAȚA O., (2015), Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, *Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol1*
3. PETRE PAȚA O., (2016), Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, *Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol2*
4. POPESCU, G., (2003), Gimnastica de bază, Structura și organizarea activităților de educație fizică și sport, Volumul 1, Editura Perpessicius, București.
5. POPESCU, G., (2005), Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisaveros, București.
6. POPÎȚAN, D., (1975), Gimnastica, atletismul și jocul în școală, Editura Sport Turism, București
7. SĂVESCU, I (2007), "Educație fizică și sportivă școlară – culegere de exerciții- Metodologie", Editura Aius PrintEd, Craiova;
8. TALAGHIR, L-GH., (2009), Exerciții de front, ordine și formații, lucrări practice, Editura VALINEX, Chișinău

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Lucrări practice 28 ore = Sem I Lecția 1:	2	Explicația, demonstrația, problematizarea	Bibliogr.3, p.12-15. (Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.30-

Introducere în problematica gimnasticii. Cerințele catedrei privind activitatea studentului la această disciplină. Exercițiile de front și ordine:- însușirea acțiunilor de pe loc însușirea acțiunilor din deplasare		exersarea / repetarea	35(Biblioteca USV), Bibliogr.4., p.30-48(pus la dispoziție).
Lecția 2 Dezvoltarea fizică armonioasă: bazele generale ale mișcării – planuri, axe, direcții, poziții fundamentale și derivate ale corpului	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.3, p.12-15. (Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.30-35(Biblioteca USV), Bibliogr.4., p.30-48(pus la dispoziție).
Lecția 3: - Exercițiile de front, ordine și formații: 1. formarea coloanei de gimnastică de pe loc – alcătuiri de formații din linie și coloană 2. consolidarea acțiunilor de pe loc și din deplasare - Exercițiile de front, ordine și formații: formarea coloanei de gimnastică din deplasare - deplasări sub formă de contopiri și desfășurări, apropieri și depărtări, întrepătrunderi și încrucișări.	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p.47-52. (Biblioteca USV), Bibliogr.4, p.49 (pus la dispoziție), Bibliogr.2., p.24-28 (Biblioteca USV).
Lecția 4: Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă libere Deprinderi motrice de bază: mersul și alergarea	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p.47-52. (Biblioteca USV), Bibliogr.4, p.49 (pus la dispoziție), Bibliogr.2., p.24-28 (Biblioteca USV).
Lecția 5: - Consolidarea acțiunilor de pe loc și din deplasare: 1. alcătuiri de formații din linie și coloană 2. deplasări sub formă de contopiri și desfășurări, apropieri și depărtări, întrepătrunderi și încrucișări. - Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă cu partener	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 55. (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p.102 (Biblioteca USV), Bibliogr., p.24-28 (Biblioteca USV).
Lecția 6: - Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă cu obiecte portative – baston/ coarda/ cerc/panglică - Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: aruncarea și prinderea	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 55. (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p.102 (Biblioteca USV), Bibliogr., p.24-28 (Biblioteca USV).
Lecția 7: Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă la, pe și cu banca de gimnastică;	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 94. (Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.103 (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p. (Biblioteca USV).
Lecția 8: - Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: echilibrul, cățărarea și escaladarea - Exerciții aplicative: parcurs aplicativ, ștafete.	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 94. (Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.103 (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p. (Biblioteca USV).
Lecția 9: - Consolidarea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă la, pe și cu banca de gimnastică - Însușirea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă la scara fixă	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 94. (Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.103 (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p. (Biblioteca USV). Bibliogr.4.,p.139(pus la dispoziție)
Lecția 10: - Deprinderi motrice aplicativ-utilitare: târâre, tracțiuni și împingeri - Exerciții aplicative: ștafete, trasee motrice utilitar-aplicative	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 94. (Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.103 (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p. (Biblioteca USV). Bibliogr.4.,p.139(pus la

			dispoziție)
Lecția 11: - 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	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 96. (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p.31 (Biblioteca USV), Bibliogr.3, p. 67 (Biblioteca USV). Bibliogr.4.,p.141(pus la dispoziție).
Lecția 12: - Repetarea elementelor acrobatice statice: semisfoara, cumpăna pe un genunchi, cumpăna pe un picior (înainte, laterală, înapoi) - Însușirea elementelor acrobatice dinamice: rulări, rostogoliri înainte și înapoi din ghemuit în ghemuit, stând pe omoplați, podul de jos; Exerciții aplicative: ștafete, jocuri dinamice.	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 96. (Biblioteca USV), Bibliogr.2, p.31 (Biblioteca USV), Bibliogr.3, p. 67 (Biblioteca USV). Bibliogr.4.,p.141(pus la dispoziție).
Lecția 13 : 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	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 139-144(Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.114 (Biblioteca USV).
Lecția 14: Traseu motric cu toate deprinderile motrice utilitar aplicative învățate Probă de control	2	Explicația, demonstrația, problematizarea exersarea / repetarea	Bibliogr.1, p. 139-144(Biblioteca USV), Bibliogr.1, p.114 (Biblioteca USV).
Bibliografie minimală recomandată			
1. NANU L., DRĂGAN T.M.(2010), Manual de gimnastică, Editura Galați University Press, Galați 2. PETRE PAȚA O., (2015),Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol1 3. PETRE PAȚA O., (2016),Teoria și practica în ramuri ale gimnasticii artistice și acrobatice, Editura Universității "Ștefan cel Mare" din Suceava, Suceava, vol2 4. PAȚA O., (2015), Pregătirea fizică de bază la schi alpin cu mijloace din gimnastică 5. POPESCU, G., (2003), Gimnastica de bază, Structura și organizarea activităților de educație fizică și sport, Volumul 1, Editura Perpersicius, București. 6. POPESCU, G., (2005), Gimnastica Pregătirii, Educării, Dezvoltării fizice generale, Editura Elisavaros, București.			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Cunoașterea conceptelor științifice fundamentale ale teoriei gimnasticii de bază (CP2, CT2); -Cunoașterea conținutului de mijloace organizatorice de bază (exerciții de front ordine și formații), în vederea organizării colectivului de elevi(CP2, CT2); -Cunoașterea terminologiei științifice corecte de descriere a exercițiilor de dezvoltare fizică generală. (CP2, CT2); -Cunoașterea exercițiilor aplicative și a metodelor de utilizare a acestora în vederea dezvoltării calităților motrice (parcursuri și trasee motrice utilitar-aplicative) (CP2, CT1).	Examen scris	50%
Lucrări practice	Conducerea unor secvențe de lecție, utilizând terminologia de specialitate și mijloace organizatorice de front și formații, prezentarea unui complex de influențare selectivă a aparatului locomotor (6-8 exerciții pentru diferite segmente ale corpului). explică, demonstrează, corectează; (CP2, CT2)	Colocviu	50%
Proiect			

Fișa disciplinei include, dacă este cazul, elemente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
17.09.2025	Lect.Univ.Dr. Pața Oana	Asist univ. Moncea Emilian

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ. dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. univ. dr. Leuciuc Florin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ SI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ANATOMIE II				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	66
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	69
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	125
Numărul de credite	5

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP2 - Aplică tehnici organizaționale CP5 - Utilizează diferite canale de comunicare CP9 - Interpretează rezultate medicale CP13 - Utilizează tehnologii de e-sănătate și sănătate mobilă CP14 – Promovează sănătatea și oferă educație pentru sănătate
Competențe transversale	CT3 - Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul definește noțiunile generale, structurale (anatomice) și funcționale ale organismului uman, în vederea elaborării programelor de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 2.1. Identifică structurile și funcțiile organismului uman și metodele de evaluare a funcțiilor biologice. 2.2. Prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametrii de mișcare.	Studentul/Absolventul: 2.1.1. Integrează noțiuni fundamentale privind structurile și funcțiile organismului uman în procesul de reabilitare. 2.2.1. Recunoaște caracteristicile mișcării și parametrii acestora.
Studentul/Absolventul definește noțiunile generale și descrie mecanismele biochimice și fiziopatologice ale bolilor, bazele anatomopatologice ale modificărilor induse de patologie, în vederea implementării programelor de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 3.1. Prezintă noțiuni fundamentale privind mecanismele generale de producere a bolilor. 3.2. Caracterizează	Studentul/Absolventul: 3.1.1. Recunoaște modificările induse de patologie și cauzele acestora. 3.2.1. Stabilește parametrii efortului fizic în funcție de obiectivele de intervenție.

	modificările biochimice în funcție de starea de sănătate și nivelul de efort fizic.	
--	---	--

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

Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea structurilor corpului uman, a organizării acestora în sisteme a raporturilor dintre ele a corelațiilor anatomo-funcționale privind structurile corpului uman precum și explorarea anatomică a structurilor corpului uman în domeniul kinetoterapiei
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Sistemul nervos - noțiuni introductive. Măduva spinării; - Structura anatomică a nervului; - Componența anatomică a căilor nervoase și a centrilor nervoși. - Receptori ai sistemului nervos; - Măduva spinării configurație externă și structura internă.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 1 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
2. Sistem nervos – sistem nervos central – trunchiul cerebral: - Structură anatomică, particularități anatomice regionale; - Configurație externă a măduvei spinării; - Structura internă a măduvei spinării;	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 2 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
3. Sistem nervos – cerebelul: - Configurație externă; - Structura internă a trunchiului cerebral;	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 3 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
4. Sistemul nervos – emisferele cerebrale: - Scoarța cerebrală – structură anatomică; - Lobii cerebrali; - Arii motorii și arii senzitive; - Homunculus motor și homunculus senzitiv.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 4 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
5. Sistem nervos periferic: - Sistem nervos vegetativ simpatic; - Sistem nervos vegetativ parasimpatic.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 5 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
6. Glande endocrine: - Clasificare; - Structură anatomică, localizare; - Secreții endocrine.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 6 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
7. Aparatul respirator – căi respiratorii: - Descrierea căilor respiratorii superioare; - Căi respiratorii inferioare;	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 7 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
8. Aparatul respirator – anatomia plămânilor: - Configurație externă; - Particularități anatomice ale celor doi pulmoni; Pleura și cavitatea pleurală – caractere anatomice.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 8 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
9. Aparatul cardio-vascular: - Cordul – configurație externă (fețe și margini); - Cordul – particularitățile anatomice ale miocardului; - Structura anatomică a cordului.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 9 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
10. Aparatul cardio-vascular: - Marea circulație; - Mica circulație.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 10 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
11. Aparatul digestiv: - Segmentele aparatului digestiv; - Anatomia cavității bucale; - Esofagul; - Stomacul;	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 11 (pusă la dispoziție de titularul cursului)

Intestinul.			
12. Aparatul digestiv – glande anexe: - Ficatul – structură anatomică, sistem ligamentar (de susținere), căi biliare. - Pancreasul – structură anatomică.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 12 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
13. Aparatul genito-urinar: - Rinichii structură anatomică: configurație externă, localizare, raporturi. - Căi urinare; - Nefronul – structură anatomică.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 13 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
14. Aparatul genital: - Aparatul genital feminin; - Aparatul genital masculin.	2	Conversația, explicația, prelegerea, demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 14 (pusă la dispoziție de titularul cursului)
Bibliografie minimală recomandată			
- Holubiac, Iulian Ștefan, 2019 – Anatomie funcțională. Sistemul osteo-articular. Editura Universității din Pitești. ISBN 978-606-560-631-9; - Holubiac, Iulian Ștefan, 2019 – Anatomie funcțională. Sistemul muscular. Editura Universității din Pitești, 137 pag. ISBN 978-606-560-632-6; - Holubiac, Iulian Ștefan, 2021 – Anatomia și fiziologia omului. Sistemul nervos. Editura Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-695-1; - Holubiac, Iulian Ștefan, 2021 – Anatomia și fiziologia omului. Sistemul tegumentar, osos, articular și muscular. Editura Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-696-8; - Holubiac, Iulian Ștefan, 2021 – Anatomia și fiziologia omului. Sistemul endocrin și sângele. Editura Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-697-5; M. Ifrim, Ed. Științifică și enciclopedică București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ VOL. I; V. Papilian, Ed. Didactică și pedagogică București 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. II; - Frank H. Netter, Ed. Medicală Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ; - Niculescu C, Cărmăciuc R, Voiculescu B, Niță C., Sălăvăstru C., Ciornei 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.			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Sistemul nervos - noțiuni introductive. Măduva spinării – APLICAȚII PRACTICE - Structura anatomică a nervului; - Componența anatomică a căilor nervoase și a centrilor nervoși. - Receptori ai sistemului nervos; - Măduva spinării configurație externă și structură internă.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 1 (pusă la dispoziție de titularul laboratorului)

2. Sistem nervos – sistem nervos central – trunchiul cerebral – APLICATII PRACTICE: - Structură anatomică, particularități anatomice regionale – APLICATII PRACTICE; - Configurație externă a măduvei spinării; - Structura internă a măduvei spinării;	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 2 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
3. Sistem nervos – cerebelul – APLICATII PRACTICE: - Configurație externă; - Structura internă a trunchiului cerebral;	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 3 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
4. Sistemul nervos – emisferele cerebrale– APLICATII PRACTICE: - Scoarța cerebrală – structură anatomică; - Lobii cerebrali; - Arii motorii și arii senzitive; - Homunculus motor și homunculus senzitiv.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 4 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
5. Sistem nervos periferic– APLICATII PRACTICE: - Sistem nervos vegetativ simpatic; - Sistem nervos vegetativ parasimpatic.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 5 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
6. Glande endocrine – APLICATII PRACTICE: - Clasificare; - Structură anatomică, localizare; - Secreții endocrine.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 6 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
7. Aparatul respirator – căi respiratorii – APLICATII PRACTICE: - Descrierea căilor respiratorii superioare; - Căi respiratorii inferioare.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 7 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
8. Aparatul respirator – anatomia plămânilor – APLICATII PRACTICE: - Configurație externă; - Particularități anatomice ale celor doi pulmoni; - Pleura și cavitatea pleurală – caractere anatomice.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 8 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
11. Aparatul cardio-vascular – APLICATII PRACTICE: - Cordul – configurație esternă (fețe și margini); - Cordul – paarticularitățile anatomice ale miocardului; - Structura anatomică a cordului.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 9 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
12. Aparatul cardio-vascular – APLICATII PRACTICE: - Marea circulație; - Mica circulație.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 10 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
11. Aparatul digestiv – APLICATII PRACTICE: - Segmentele aparatului digestiv; - Anatomia cavității bucale; - Esofagul; - Stomacul; - Intestinul.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 11 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
12. Aparatul digestiv – glande anexe – APLICATII PRACTICE: - Ficatul – structura anatomică, sistem ligamentar (de susținere), căi biliare. - Pancreasul – structură anatomică.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 12 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
13. Aparatul genito-urinar – APLICATII PRACTICE: - Rinichii structură anatomică: configurație externă, localizare, raporturi. - Căi urinare; - Nefronul – structura anatomică.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 13 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
14. Aparatul genital – APLICATII PRACTICE: - Aparatul genital feminin; - Aparatul genital masculin.	2	Observația, conversația și demonstrația	Prezentare PowerPoint nr. 14 (pusa la dispoziție de titularul laboratorului)
Bibliografie minimală recomandată			
- Holubiac, Iulian Ștefan, 2019 – Anatomie funcțională. Sistemul osteo-articular. Editura Universității din Pitești. ISBN 978-606-560-631-9; - Holubiac, Iulian Ștefan, 2019 – Anatomie funcțională. Sistemul muscular. Editura Universității din Pitești, 137 pag. ISBN 978-606-560-632-6;			

- Holubiac, Iulian Ștefan, 2021 – Anatomia și fiziologia omului. Sistemul nervos. Editura Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-695-1;
- Holubiac, Iulian Ștefan, 2021 – Anatomia și fiziologia omului. Sitemele tegumentar, osos, articular și muscular. Editura Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-696-8;
- Holubiac, Iulian Ștefan, 2021 – Anatomia și fiziologia omului. Sistemul endocrin și sângele. Editura Universității din Pitești, ISBN 978-606-560-697-5;
- 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;
- Frank H. Netter, Ed. Medicală Callisto București – ATLAS DE ANATOMIE UMANĂ;
- Niculescu C, Cărmăci R, Voiculescu B, Niță C., Sălăvăstru C., Ciornei C. - Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed. Corint, București 2004.
- Histologie - Tratat si 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.

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv (CP2, CP5, CP9) Realizarea conexiunilor terminologice în perspectivă intra și interdisciplinară (CP13, CP14, CT3)	Examen scris - întrebări cu răspunsuri descriptive	50%
Laborator/ Lucrări practice	Implicarea activă la nivelul activităților practice realizate în manieră individuală sau la nivel de grup (CT3) Cunoașterea principalelor grupe musculare de la nivelul corpului precum și a oaselor de la același nivel (CP2, CP5, CT3)	- teste de verificare a cunoștințelor susținute pe parcurs;	50%

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
08.09.2025	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. Univ. Dr. Crăciun Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. Univ. Dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. Univ. Dr. Leuciuc Florin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	FIZIOLOGIE			
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară			DF
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă			DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	92
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	94
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP2. Aplică tehnici organizaționale; CP5. Utilizează diferite canale de comunicare; CP9. Interpretează rezultate medical; CP13. Utilizează tehnologii de sănătate și sănătate mobilă; CP14. Promovează sănătatea și oferă educație pentru sănătate.
Competențe transversale	CT3. Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul definește noțiunile generale, structurale (anatomice) și funcționale ale organismului uman, în vederea elaborării programelor de reabilitare.	Studentul/Absolventul: 2.1. Identifică structurile și funcțiile organismului uman și metodele de evaluare a funcțiilor biologice. 2.2. Prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametrii de mișcare.	Studentul/Absolventul: 2.1.1. Integrează noțiuni fundamentale privind structurile și funcțiile organismului uman în procesul de reabilitare. 2.2.1. Recunoaște caracteristicile mișcării și parametrii acestora.

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

Obiectivul general al disciplinei	Să definească funcțiile normale ale structurilor organismului uman, să cunoască funcțiile vitale și mecanismele ce le asigură și să coreleze noțiunile de anatomie cu funcțiile îndeplinite de aparatele și sistemele organismului.
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. Ore	Metode de predare	Observații
Curs 1 FIZIOLOGIA, Definiție. Compoziția chimică a materiei vii. Proprietățile fundamentale ale materiei vii. Structura și funcțiile componentelor celulei, țesuturile	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE

			Curs 1 Pag. 5 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 2 FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. Sistemul osos: compoziție chimică; osteogeneză, osteoliză și remodelarea osului; metabolismul, dezvoltarea și creșterea oaselor, Artrologie	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 2 Pag. 15 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 3 FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. Sistemul muscular: compoziția biochimică; proprietățile mușchilor; sarcomerul; mecanismele contracției și relaxării musculare; manifestările contracției; joncțiunea (placa) neuro-musculară	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 3 Pag. 22 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 4 FIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Structura și funcțiile neuronului (excitabilitatea, conductibilitatea). Elemente de anatomie: nevrax și sistem nervos periferic. Compartimentele funcționale ale sistemului nervos. Fiziologia sinapsei. Arcul și actul reflex	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 4 Pag. 31 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 5 FIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Fiziologia măduvei spinării, trunchiului cerebral, formației reticulate, cerebelului, diencefalului, sistemului limbic, emisferelor cerebrale. Procesele nervoase fundamentale. Fiziologia sistemului nervos vegetativ	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 5 Pag. 38 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 6 FIZIOLOGIA APARATULUI RESPIRATOR. Anatomia funcțională a aparatului respirator. Ventilația pulmonară. Difuziunea alveolo-capilară. Transportul gazelor. „Respirația” celulară. Reglarea respirației	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 6 Pag. 49 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 7 FIZIOLOGIA APARATULUI CARDIO-VASCULAR. Marea și mica circulație (circulația sistemică și pulmonară). Structura și proprietățile fundamentale ale miocardului. Pompa cardiacă. Ciclu cardiac. Fiziologia circulației sanguine și limfatice	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 7 Pag. 57 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 8 FIZIOLOGIA SÂNGELUI. Homeostazia mediului intern. Funcțiile componentelor sângelui: elemente figurate și plasmă. Hemostaza. Grupele sanguine	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 8 Pag. 64 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 9 FIZIOLOGIA APARATULUI DIGESTIV. Digestia. Digestia. Fazele digestiei. Procesele motorii și secretorii la nivelul tubului digestiv. Fiziologia glandelor anexe ale aparatului digestiv. Absorbția intestinală	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 9 Pag. 75 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 10 FIZIOLOGIA APARATULUI URINAR. Funcțiile rinichiului. Nefronul. Formarea urinei: filtrarea glomerulară, reabsorbția și secreția tubulară. Reglarea formării urinei. Micțiunea	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 10 Pag. 85 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 11 FIZIOLOGIA SISTEMULUI ENDOCRIN. Rolul celor mai importanți hormoni secretați de glandele endocrine	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 11 Pag. 93 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 12 FIZIOLOGIA ANALIZATORILOR. Definiția, alcătuirea, clasificarea analizatorilor. Analizatorul interoceptiv, proprioceptiv, exteroceptiv. Analizatorul cutanat	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 12 Pag. 103

			Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 13 FIZIOLOGIA ANALIZATORILOR. Analizatorul olfactiv, gustativ, vizual, acustic, vestibular, kinestezic	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 13 Pag. 110 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Curs 14 Recapitulare în vederea pregătirii susținerii examenului	2	Prezentare power point/ slideuri explicație, conversație	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 14 Pag. 124 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Bibliografie minimală recomandată			
1. ***Netter_Atlas_of_Physiology_scan_.pdf(pus la dispoziție de titularul cursului) 2. Constantinescu Mihai. Suport digital curs Fiziologie, 2024. (pus la dispoziție de titularul cursului) 3. Constantinescu Mihai. FIZIOLOGIE. Suport de studiu pentru lucrări de seminar, Ed. Universității Ștefan cel Mare, Suceava 2019. (accesibilă la Biblioteca USV) 4. Hăulică I – Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. (pus la dispoziție de titularul cursului) Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăstru Carmen, Ciornei Cătălina – Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2014. (pus la dispoziție de titularul cursului)			

Aplicații (seminar)	Nr. Ore 28	Metode de predare	Observații
S 1 FIZIOLOGIA, Definiție. Compoziția chimică a materiei vii. Proprietățile fundamentale ale materiei vii. Structura și funcțiile componentelor celulei, țesuturile	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 1 Pag. 5 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 2 FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. Sistemul osos: compoziție chimică; osteogeneză, osteoliză și remodelarea osului; metabolismul, dezvoltarea și creșterea oaselor, Artrologie	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 2 Pag. 15 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 3 FIZIOLOGIA APARATULUI LOCOMOTOR. Sistemul muscular: compoziția biochimică; proprietățile mușchilor; sarcomerul; mecanismele contracției și relaxării musculare; manifestările contracției; joncțiunea (placa) neuro-musculară	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 3 Pag. 22 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 4 FIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Structura și funcțiile neuronului (excitabilitatea, conductibilitatea). Elemente de anatomie: nevra și sistem nervos periferic. Compartimentele funcționale ale sistemului nervos. Fiziologia sinapsei. Arcul și actul reflex	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 4 Pag. 31 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 5 FIZIOLOGIA SISTEMULUI NERVOS. Fiziologia măduvei spinării, trunchiului cerebral, formației reticulate, cerebelului, diencefalului, sistemului limbic, emisferelor cerebrale. Procesele nervoase fundamentale. Fiziologia sistemului nervos vegetativ	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 5 Pag. 38 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 6 FIZIOLOGIA APARATULUI RESPIRATOR. Anatomia funcțională a aparatului respirator. Ventilația pulmonară. Difuziunea alveolo-capilară. Transportul gazelor. „Respirația” celulară. Reglarea respirației	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 6 Pag. 49 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 7 FIZIOLOGIA APARATULUI CARDIO-VASCULAR. Marea și mica circulație (circulația sistemică și pulmonară). Structura și proprietățile fundamentale ale miocardului. Pompa cardiacă. Ciclu cardiac. Fiziologia circulației sanguine și limfatice	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 7 Pag. 57 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)

S 8 FIZIOLOGIA SÂNGELUI. Homeostazia mediului intern. Funcțiile componentelor sângelui: elemente figurate și plasmă. Hemostaza. Grupele sanguine	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 8 Pag. 64 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 9 FIZIOLOGIA APARATULUI DIGESTIV. Digestia. Digestia. Fazele digestiei. Procesele motorii și secretorii la nivelul tubului digestiv. Fiziologia glandelor anexe ale aparatului digestiv. Absorbția intestinală	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 9 Pag. 75 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 10 FIZIOLOGIA APARATULUI URINAR. Funcțiile rinichiului. Nefronul. Formarea urinei: filtrarea glomerulară, reabsorbția și secreția tubulară. Reglarea formării urinei. Micțiunea	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 10 Pag. 85 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 11 FIZIOLOGIA SISTEMULUI ENDOCRIN. Rolul celor mai importanți hormoni secretați de glandele endocrine	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 11 Pag. 93 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 12 FIZIOLOGIA ANALIZATORILOR. Definiția, alcătuirea, clasificarea analizatorilor. Analizatorul interoceptiv, proprioceptiv, exteroceptiv. Analizatorul cutanat	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 12 Pag. 103 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 13 FIZIOLOGIA ANALIZATORILOR. Analizatorul olfactiv, gustativ, vizual, acustic, vestibular, kinestezic	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 13 Pag. 110 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
S 14 Recapitulare în vederea pregătirii susținerii examenului	2h	Intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea, crearea de modele etc.).	Mihai Constantinescu Suport de curs FIZIOLOGIE Curs 14 Pag. 124 Atlas de anatomie umană, Netter, (PPT)
Bibliografie minimală recomandată			
1. ***Netter_Atlas_of_Physiology__scan_.pdf(pus la dispoziție de titularul cursului) 2. Constantinescu Mihai. Suport digital curs Fiziologie, 2024. (pus la dispoziție de titularul cursului) 3. Constantinescu Mihai. FIZIOLOGIE. Suport de studiu pentru lucrări de seminar, Ed. Universității Ștefan cel Mare, Suceava 2019. (accesibilă la Biblioteca USV) 4. Hăulică I – Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. (pus la dispoziție de titularul cursului) Niculescu CT, Cărmăci R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăstru Carmen, Ciornei Cătălina – Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed Corint, București 2014. (pus la dispoziție de titularul cursului)			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Întelegerea elementelor de anatomo-fiziologie umană Prezentarea principalelor funcții, mecanismelor care le asigură și factorii care le influențează (CP.2;CP.5; CP 9; CP 13; CP 14; CT 3)	- examen scris și oral	60%
Seminar	Întelegerea elementelor de anatomo-fiziologie umană Prezentarea principalelor funcții, factorilor ce le influențează și mecanismelor care le asigură .(CP.2;CP.5; CP 9; CP 13; CP 14; CT 3)	- probe de evaluare formativă (test docimologic, referat, eseu, portofoliu, proiect)	40%
Laborator/ Lucrări practice			
Proiect			

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
15.09.2025	Conf.univ.dr. CONSTANTINESCU MIHAI	Conf.univ.dr. CONSTANTINESCU MIHAI

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ.dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf.univ. dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. univ.dr. Leuciuc Florin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BAZELE GENERALE ALE KINETOTERAPIEI				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	EXAMEN
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DS
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	66
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	69
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	125
Numărul de credite	5

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP1. Oferă informații privind efectele fizioterapii CP2. Aplică tehnici organizaționale CP3 Ajustează intervenții de fizioterapie CP6. Efectuează evaluări fizioterapeutice
Competențe transversale	CT1 Dă dovadă de inițiativă

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul explică conceptele fundamentale și principiile kinetoterapiei, inclusiv rolul acesteia în recuperarea funcțională a pacienților.	Studentul/Absolventul aplică cunoștințele teoretice în evaluarea și planificarea intervențiilor de kinetoterapie.	Studentul/Absolventul dezvoltă un plan de tratament pentru pacienți, asumându-și responsabilitatea pentru deciziile terapeutice.

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

Obiectivul general al disciplinei	Cunoașterea bazelor biologice, metodice și tehnice ale kinetoterapiei CP1, CP3, CP.6, CT1
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs 1. Importanța disciplinei. Istoric. Terminologie. Kinetoterapia ca știință. Interrelatia cu alte discipline. Definiție și obiective de baza in kinetoterapie. Bazele		Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 1. Cap1 pg.11-26 Bibliografie 4 Cap 2 si 3, pg 11-34,

anatomo-funcționale ale mișcării: planuri, axe, poziții. Clasificarea mișcărilor.			Bibliografie 5 Cap. 1, pg. 7 - 18+ PPT(pus la dispoziție)
Curs 2. Corpul omenesc ca un tot unitar. Rolul mișcărilor în structurarea corpului omenesc. Postura și locomoția umană. Tipuri de statică și locomoție Bazele fizice ale mișcării: legile lui Newton; pârgii și pârgii osoase; scripeți; plan înalt; momentul mușchiului; cupluri și lanțuri cinematice. gradele de libertate și axele de mișcare; forțele exterioare ale locomoție.	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 1. Cap 2 pg.26-46 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 3. Exercițiul fizic terapeutic: structura exercițiului fizic, modalități de aplicare ale exercițiului, efectele exercițiului fizic.	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 1. Cap 4 pg.196-256 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 4. Bazele teoretice și practice ale tehnicilor în kinetoterapie: tehnici anakinetice; tehnici kinetice	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 1. Cap 4 pg.196-256 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 4. Bazele anatomice, fiziologice și fiziopatologice ale mișcării: osteologie – generalități, structura, clasificare, aspecte fiziopatologice.	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 4 pg 34-44, pg 52- 63, Bibliografie 5 Cap. 4, pg.132-192 PPT(pus la dispoziție)
Curs 6. Bazele anatomice, fiziologice și fiziopatologice ale mișcării: miologie- generalități, structură, clasificare, aspecte fiziopatologice; nervi- structură; clasificare; sindroame; unitate motorie.	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 4 pg 34-44, pg 52- 63, Bibliografie 5 Cap. 4, pg.132-192 PPT(pus la dispoziție)
Curs 7. Articulația-structură, tipuri, elemente de biomecanică. Amplitudinea de mișcare. Mobilitatea articulară și flexibilitatea.. Evaluarea limitării de mișcare:”testul articular” Coeficient funcțional de mobilitate. Importanța lor în kinetoterapie. Modificări ale amplitudinii de mișcare: redoare, anchiloză, mobilitate exagerată; Bazele practice de refacere a amplitudinii de mișcare: mobilizarile, manipularile. Importanța lor în kinetoterapie.	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 4 pg 44-52, pg. 77-115 Bibliografie 5 Cap. 4, pg.99 - 132+ PPT(pus la dispoziție)
Curs 8. Caracteristicile contracției musculare. Bazele fiziologice ale forței musculare: tipuri de contracție musculară; efecte fiziologice	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 1. Cap 4 pg.196-256, Bibliografie 5 Cap. 4, pg. 132-192+ PPT(pus la dispoziție)
Curs 9. Căile motorii voluntare, involuntare, controlul motor, etapele mișcării voluntare.Unitatea funcțională locomotorie: neuro-mio-artro-kinetică: particularități structurale și fiziologice. Importanța lor în kinetoterapie	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 7 și 11, pg 148-207, 324-365, Bibliografie 5 Cap. 5, pg. 132 - 192+ PPT(pus la dispoziție)
Curs 10. Kinematica, kinetica și relația cu pozițiile - posturi, control, coordonare, echilibru. Deprinderi motrice complexe: mers, alergare, săritura, aruncare, câțărare	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 6, pg 192-229, Bibliografie 5 Cap. 8, pg. 207 - 242+ PPT(pus la dispoziție)
Curs 11. Evaluare în kinetoterapie: evaluare subiectivă și obiectivă. Evaluarea funcțională (cardio-respiratorie și neuro-musculară)	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 1. Cap3 pg.59-197, Bibliografie 4 Cap 12 pg 365-510, Bibliografie 5 Cap. 9, pg. 284 - 312+ PPT(pus la dispoziție)
Curs 12. Structura compoziției corporale. Evaluarea compoziției corporale. Tehnici și metode. Importanța lor în kinetologia profilactică și terapeutică. Metabolismul bazal. Evaluarea consumului energetic. Baza energetică a activității musculare. Rezervele energetice. Importanța bilanțului energetic în kinetoterapie	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 15, pg 587-646, Bibliografie 5 Cap. 10, pg. 314 - 372+ PPT(pus la dispoziție)

Curs 13. Adaptări fiziologice: adaptări metabolice, cardiovasculare, respiratorii, alte tipuri.	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 16, pg 600-635, Bibliografie 5 Cap. 11, pg. 366 - 404 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 14. Modificări adaptative osoase. Caracteristicile morfofuncționale ale osului „organ”. Remodelarea osoasă. Efectele forțelor mecanice asupra osului. Modificări adaptative articulare. Caracteristici morfofuncționale. Raportul între: patologia cartilajului kinetoterapie; patologia articulară kinetoterapie; patologia tendoligamentară-kinetoterapie; patologia neuromusculară- kinetoterapie.	2 ore	Expunere sistematică - Prelegere	Bibliografie 4 Cap 4, pg 35-76, Bibliografie 5 Cap. 2, pg. 19 - 60+ PPT(pus la dispoziție)
Bibliografie minimală			
1. Cordon, M, Kinetologie medicală, București, Ed. AXA., 1999. 2. Crăciun Maria Daniela, Bazele generale ale kinetoterapiei, Curs de uz intern, Universitatea Ștefan cel Mare, Suceava, 2023; 3. Flora Dorina. Tehnici de bază în kinetoterapie. Editura Universității, Oradea, 2002. 4. Sbenghe T., Berteanu M., Săvulescu Simona Elena, Kinetologie. Ed Medicală, București, 2019. 5. Sbenghe, T. Bazele teoretice și practice ale kinetoterapiei, Ed. Medicală, București, 1999.			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. LP.1 Locul desfășurării activității de kinetoterapie și dotare. Principiile kinetoterapiei. Obiectivele de bază	2	Conversația didactică Exercițiu	Bibliografie 2. Cap 1 pg.11-22
2. LP.2 Bazele anatomice ale mișcării: poziția anatomică; axe și planuri de mișcare; poziții fundamentale și poziții derivate în realizarea mișcării	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 2. Cap 2 pg.39-46 Bibliografie 6 pg.3-18
3. LP.3 Motricitate voluntară și involuntară: tipuri de mușchi; tipuri de contracție musculară; tipuri de mișcare.	2	Conversația didactică Exercițiu	Bibliografie 2. Cap 2 pg.39-46
4. LP.4. Mijloacele specifice kinetoterapiei: exercițiul fizic terapeutic – structură, clasificare, modalități de realizare	2	Conversația didactică Exercițiu	Bibliografie 4. pg.197-209
5. LP.5 Tehnici anakinetice: imobilizarea și posturarea Tehnici kinetice statice: contracția izometrică și relaxarea musculară: mod de realizare; avantaje și dezavantaje; efecte	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 4, pg.18-23
6. LP.6 Tehnici kinetice dinamice pasive: mobilizarea pasivă: condiții de realizare; mod de execuție: poziție, priză și contrapriză, forță și ritm de execuție; efectele mobilizărilor pasive	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 4, pg.72-97
7. LP.7 Tehnici kinetice dinamice pasive: tracțiunea, mobilizarea pasivă sub anestezie, mobilizarea pasivă mecanică: exerciții cu suspensie, exerciții cu scripeți	2	Conversația didactică Exercițiu	Bibliografie 4, pg.72-97
8. LP.8 Tehnici kinetice dinamice active : mișcări activo-pasive, mișcări active libere, mișcări active cu rezistență: contracția izotonică concentrică și excentrică: mod de realizare	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 4, pg.26-72
9. LP.9 Tehnici kinetice dinamice active: mișcarea concentrică și excentrică, cursă internă și cursă externă: avantaje și dezavantaje, efecte	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 4, pg.26-72
10. LP.10 Exercițiile active complexe: mers, alergare, săritură, aruncare, cățărare, târâre	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 1, pg.61-68
11. LP.11 Evaluarea posturii și aliniamentului: evaluarea somatoscopică și antropometrică	2	Conversația didactică Exercițiu	Bibliografie 1, pg.43-48, Bibliografie 2. pg.59-64
12. LP.12 Evaluarea amplitudinii articulare	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 2 pg.83-112
13. LP.13 Evaluarea forței musculare	2	Conversația didactică Demonstrație	Bibliografie 2. pg.112-188

14. LP.14 Verificare practică	2	Evaluare practică	
Bibliografie minimală recomandată			
1. Cordun Mariana, Postura corporală normală si patologică, Ed. ANEFS, București, 1999.			
2. Cordun Mariana, Kinetologie medicală, Ed. AXA, București 1999.			
3. Chimingică Daniela Iuliana. Esențial în Kinetoterapie. Editura PIM, Iași, 2018;			
4. Flora Dorina. Tehnici de bază în kinetoterapie. Editura Universității, Oradea, 2002.			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea principiilor de baza a kinetoterapiei CP1,CP2, CT1 Însușirea și valorificarea conceptelor de baza din domeniul kinetoterapiei; CP1,CP2, CP6 Cunoașterea tipurilor de intervenție specifice kinetoterapiei CP1,CP3, CT1	Examen scris grilă cu 2 subiecte de sinteză si examen oral	50%
Seminar			
Laborator/ Lucrări practice	Deprinderea evaluării si interventiei din kinetoterapia CP1, CP6,CT1 Formarea deprinderii necesare pentru practica specifica CP1, CP3,CT1	Verificare interactivă in fiecare oră cu notare Caiet de lucrări practice 1 test de verificare Verificare practică finală	10% 10% 10% 20%
Proiect			

Fișa disciplinei include, dacă este cazul, elemente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
19.09.2025	Conf. univ. Dr. Crăciun Maria Daniela	Conf. univ. Dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ. Dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ. Dr. Grosu Bogdan Marius

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. univ. Dr. Leuciuc Florin Valentin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	EDUCAȚIE PENTRU SĂNĂTATE ȘI PRIM AJUTOR				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	EXAMEN
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	66
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	69
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	125
Numărul de credite	5

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP4. Face față situațiilor de urgență medicală CP5. Utilizează diferite canale de comunicare CP.10 Dezvoltă o relație terapeutică de colaborare și lucrează în echipe multidisciplinare CP. 14. Promovează sănătatea și oferă educație pentru sănătate
Competențe transversale	CT3. Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul definește noțiunile generale și descrie mecanismele biochimice și fiziopatologice ale bolilor, bazele anatomopatologice ale modificărilor induse de patologie, în vederea implementării programelor de reabilitare.	Studentul/Absolventul prezintă noțiuni fundamentale privind mecanismele generale de producere a bolilor.	Studentul/Absolventul: recunoaște modificările induse de patologie și cauzele acestora.

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

Obiectivele generale ale disciplinei	- Cunoașterea principalelor elemente ale educației pentru sănătate CP 5, CP 14, CT3 - Cunoașterea metodelor de acordare a primului ajutor în diverse situații CP4, CP10, CT3
--------------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

EDUCAȚIE PENTRU SANATATE ȘI PRIM AJUTOR CURS TEORETIC = 2 ORE	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Ce este sănătatea? Ce înseamnă educația. Profilaxia. Kinetoprofilaxia. Ce este primul ajutor, cine îl acordă. Principii în acordarea primului ajutor.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 1, Bibliografie 3, Bibliografie 4 + PPT (pus la dispoziție)
2. Sănătatea planetei (a mediului înconjurător) – ecologia. Resursele naturale. Factorii de mediu influențează sănătatea. Igienă, domeniu de interes general.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 1, Bibliografie 3, Bibliografie 4 + PPT (pus la dispoziție)
3. Resuscitarea cardio-respiratorie - Suportul vital de bază la adulți și copii. Situații speciale. Utilizarea defibrilatorului semiautomat.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 1, Bibliografie 2, Bibliografie 6, Bibliografie 7 + PPT (pus la dispoziție)
4. Conduita în calamități: cutremure, incendii, inundații, alunecări de teren, etc.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 1, Bibliografie 3, Bibliografie 4 + PPT (pus la dispoziție)
5. Conduita în cazurile de suspendare a conștiinței (lipotimia, sincopa, starea hipoglicemică, tetania, comițialitatea, comele etc.). Șocul – clasificare, conduită.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 6, Bibliografie 7 + PPT (pus la dispoziție)
6. Primul ajutor în hemoragii externe, exteriorizate sau interne. Accidente casnice, de muncă etc.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 6, Bibliografie 7 + PPT (pus la dispoziție)
7. Igiena alimentației. Măsuri de urgență în vărsături, diaree, deshidratare, aspirare-inhalare de corpi străini (dezobstrucția căilor aeriene superioare, manevra Heimlich).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 3, Bibliografie 6 + PPT (pus la dispoziție)
8. Igiena persoanei. Igiena la locul de muncă. Întepăturile de insecte (albine, viespi, căpușe etc.). Mușcăturile de animale (câini, șerpi, vipere).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 3, Bibliografie 6 + PPT (pus la dispoziție)
9. Conduita în caz de înec, trăsnet sau electrocutare. Degerătura, hipotermia, insolația, arsura.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 1, Bibliografie 2, Bibliografie 6, +PPT (pus la dispoziție)
10. Sindromul de dependență: cafea, tutun, alcool, droguri etc. Intoxicații diverse: respiratorii, digestive, cutanate.	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 3, Bibliografie 4 + PPT (pus la dispoziție)
11. Primul ajutor în traumatisme: ale țesuturilor moi, osoase (fracturi), articulare (entorsa, luxația).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 5, Bibliografie 6, Bibliografie 7, + PPT (pus la dispoziție)
12. Planificarea familială și contracepția. Sănătatea reproducerii și a familiei	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 3, Bibliografie 4 + PPT (pus la dispoziție)
13. Prevenirea bolilor contagioase cu transmitere aeriană, fecal-orală, cu poartă de intrare piele și mucoase	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 2, Bibliografie 3, + PPT (pus la dispoziție)
14. Psihigiiena individuală și interpersonală (socio-profesională). Prevenirea și controlul agresivității (tentativa de suicid, hetero-agresivitatea, violența în familie și societate).	2 ore	Expunere, explicație, conversație.	Bibliografie 1, Bibliografie 2, Bibliografie 3 + PPT (pus la dispoziție)

Bibliografie minimală	
1.	Balint Tatiana, Prim ajutor și evaluare somato-funcțională, Editura ALMA MATER, Bacău, 2010;
2.	Crăciun Maria Daniela, Educație pentru sănătate și prim ajutor, curs de uz intern, Universitatea Stefan cel Mare Suceava, 2024;
3.	Moaca Gabriela Monica, Educatie pentru sănătate și prim ajutor, Ed. Bibliotheca, 2015;
4.	Partin Zoe. Educație pentru sănătate. Ed Corint, București, 2006;
5.	Guidelines for Resuscitation 2021, European Resuscitation Council(ERC);
6.	Manual de prim ajutor. Pentru tratarea în primă instanță a victimelor în caz de urgență, Editura Litera, București, 2019;
7.	www.smurd.com

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Sănătatea (planetei și a mediului înconjurător) – ecologia. Resursele naturale. Factorii de mediu influențează sănătatea. Igienă, domeniu de interes general.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 1, Bibliografie 2 PPT (pus la dispoziție)
2. Manevre generale folosite în acordarea primului ajutor: parametri funcționali evaluați în acordarea primului ajutor, principii în acordarea primului ajutor	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3, Bibliografie 4, PPT (pus la dispoziție)
3. Resuscitarea cardio respiratorie: reguli, conduită.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3, Bibliografie 4, PPT (pus la dispoziție)
4. Primul ajutor în cazurile de suspendare a conștienței (lipotimia, sincopa, șoc, starea hipoglicemică, tetania, comițialitatea, comele.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4 PPT (pus la dispoziție)
5. Tehnica aplicării bandajelor și tratarea plăgilor	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4 PPT (pus la dispoziție)
6. Hemostaza corectă în hemoragiile capilare, venoase, arteriale.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4
7. Primul ajutor în vărsături, diaree, deshidratare, aspirare-inhalare de corpi străini (dezobstrucția căilor aeriene superioare, manevra Heimlich). Alimentația și sănătatea. Boli legate de alimentație. Principii alimentare corecte.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4 PPT (pus la dispoziție)
8. Igiena persoanei. Igiena la locul de muncă. Întepăturile de insecte (albine, viespi, căpușe etc.). Mușcăturile de animale (câini, șerpi, vipere).	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4 PPT (pus la dispoziție)
9. Primul ajutor în degerături, insolății, arsuri și electrocutări.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4 PPT (pus la dispoziție)
10. Efectele consumului de alcool, tutun, cafea, droguri.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 1 Bibliografie 2 PPT (pus la dispoziție)
11. Primul ajutor în entorse, luxații, fracturi	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4 PPT (pus la dispoziție)
12. Primul ajutor în contuzii, întinderi și rupturi musculare	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 3 Bibliografie 4 PPT (pus la dispoziție)
13. Planning familial și contracepție. Bolile cu transmitere sexuală.	2 ore	Observația, demonstrația și exercițiul	Bibliografie 1, Bibliografie 2 PPT (pus la dispoziție)
14. Verificare practica	2 ore	Evaluare practică prim ajutor	

Bibliografie minimală recomandată
1. Balint Tatiana, Prim ajutor și evaluare somato-funcțională, Editura ALMA MATER, Bacău, 2010;
2. Moaca Gabriela Monica, Educație pentru sănătate și prim ajutor, Ed. Bibliotheca, 2015
3. Manual European de Prim Ajutor, Crucea Rosie, București, 2012
4. Manual de prim ajutor. Pentru tratarea în primă instanță a victimelor în caz de urgență, Editura Litera, București, 2019

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea informațiilor pentru un stil de viață sanatos.CP14, Recunoașterea marilor urgențe medicale și chirurgicale.CP4, CP10 Cunoașterea algoritmului de intervenție în cazurile de urgență.CP4, CT14	- examen scris + oral	50%
Seminar			
Laborator/ Lucrări practice	Cunoașterea problemelor cu care se confruntă sănătatea publică CP5, CP10, CP14 Cunoașterea principalelor elemente ale educației pentru sănătate.CP14 Deprinderea tehnicile de acordare a primului ajutor CP4, CP10, CT3	- prezenta și activitatea la lucrări	10%
		- caiet de lucrări practice cu temele tratate pe parcurs	10%
		- Verificare interactivă la sfârșitul orei	10 %
		- verificare practica din prim ajutor	20 %
Proiect			

Fișa disciplinei include, dacă este cazul, elemente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
19.09.2025	Conf. univ. Dr. Crăciun Maria Daniela	Conf. univ. Dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ. Dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ. Dr. Grosu Bogdan Marius

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. univ. Dr. Leuciuc Florin Valentin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ SI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE SI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	KINETOPROFILAXIE				
Anul de studiu	I	Semestrul	II	Tipul de evaluare	Colocviu
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DS
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	30
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	33
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	75
Numărul de credite	3

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP1. Oferă informații privind efectele fizioterapiei CP2 - Aplică tehnici organizaționale
Competențe transversale	CT3 - Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul explică conceptele fundamentale ale kinetoprofilaxiei, scopurile și principiile acesteia în prevenirea afecțiunilor musculo-scheletale.	Studentul/Absolventul dezvoltă și implementează programe de exerciții fizice pentru prevenirea unor afecțiuni specifice.	Studentul/Absolventul evaluează eficiența programelor de kinetoprofilaxie și face ajustări în funcție de feedback-ul și rezultatele obținute, pentru fiecare persoană.

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

Obiectivul general al disciplinei	Formarea competențelor teoretice și practice necesare pentru proiectarea, aplicarea și evaluarea intervențiilor de kinetoprofilaxie destinate prevenirii bolilor musculoscheletale și a complicațiilor funcționale, prin integrarea cunoștințelor de anatomie funcțională, biomecanică, fiziologie a efortului și metodologii de prescriere a exercițiului adaptate la nevoile populațiilor generale și speciale, în vederea promovării sănătății, reducerii dizabilității și reinserției socio-profesionale a persoanelor expuse la risc.
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Fundamentele kinetoprofilaxiei: definiții, istorie și cadrul teoretic Definiții și termeni (kinetoprofilaxie vs. kinetoterapie) Nivele de prevenție (primară, secundară, terțiară) aplicate exercițiului Principii etice și legale în kinetoprofilaxie	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Prezentare PowerPoint nr. 1 + curs nr. 1 (puse la dispozitie de titularul disciplinei)
Anatomie funcțională și biomecanică relevantă Structura mușchi-tendon-os Principii de biomecanică aplicate mișcării Screening postural și analize de mers/mișcare	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Prezentare PowerPoint nr. 2 + curs nr. 2 (puse la dispozitie de titularul disciplinei)
Fiziologia contracțiilor musculare și adaptarea la efort Tipuri de contracții: izometrică, concentrică, excentrică, izokinetică, pliometrică Determinanții forței musculare (secțiunea transversală, fibrele, sistemul nervos) Adaptări acute vs. cronice la antrenament (hipertrofie) Fatigabilitate și recuperare (metabolism, inflamație, sincronizare neurală)	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Prezentare PowerPoint nr. 3 + curs nr. 3 (puse la dispozitie de titularul disciplinei)
Evaluarea și cuantificarea forței și funcției musculare Teste clinice: testare manuala, dinamometrie, 1RM, teste funcționale Măsurii obiective: electromiografie, izokinetică, analiza biomecanică video Scoruri și scale (Borg, scale de durere, scale funcționale) Protocol pentru evaluarea inițială și reevaluare (formulare, frecvență)	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Prezentare PowerPoint nr. 4 + curs nr. 4 (puse la dispozitie de titularul disciplinei)
Prescripția de exerciții preventive: metodologie și programe Principii ale programării: frecvență, intensitate, volum, tip de efort Progrese și regresii (periodizare, principiul suprasarcinii) Exerciții pentru diferite grupe musculare (coapsă, gambă, centură scapulară, trunchi) Programe specifice: prevenirea lombalgiei, disfuncțiilor umerilor, prevenția osteoporozei, prevenția căderilor la vârstnici	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Prezentare PowerPoint nr. 5 + curs nr. 5 (puse la dispozitie de titularul disciplinei)
Efectele exercițiilor asupra țesuturilor: os, ligament, tendon, cartilaj, sistem nervos Influența exercițiului asupra densității minerale osoase (mecanisme mecanotransducție) Remodelarea tendonului/ligamentului și cum influențează intensitatea/variația exercițiului Efectele la nivelul cartilajului articular și riscuri vs beneficii la afecțiuni degenerative Plasticitatea neurală și control motor — învățare motorie și reprogramare	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Prezentare PowerPoint nr. 6 + curs nr. 6 (puse la dispozitie de titularul disciplinei)
Prevenție în rândul diferitelor categorii de persoane Copii și adolescenți (dezvoltare, integrare în activitate fizică) Adultul tânăr activ / sportivi (profilaxie sportivă) Vârstnici (prevenția căderilor, fragilitate) Boli cronice (cardiovasculare, diabet, BPOC) — adaptări și contraindicații	2	Conversatia, explicatia, demonstratia	Prezentare PowerPoint nr. 7 + curs nr. 7 (puse la dispozitie de titularul disciplinei)
Bibliografie minimală recomandată • Iulian Ștefan Holubiuc – Kinetoprofilaxie – suport de curs, 2025. • Iulian Ștefan Holubiuc – Anatomie funcțională. Sistemul osteo-articular, Editura Universității din Pitești, 2019; • Iulian Ștefan Holubiuc – Anatomie funcțională. Sistemul muscular, Editura Universității din Pitești, 2019; • V. Papilian, Ed. Didactică și pedagogică București 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR; • Grays Atlas of Anatomy - Susan Stading, Ed.Elsevier, 2019;			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Exerciții musculare pentru umeri • Aplicații practice, execuții corecte, greșeli frecvente, analiză biomecanică, kinetoprofilaxia durerilor musculare și a leziunilor la nivelul umărului.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Exerciții musculare pentru spate (scapulotoracale și vertebrale) • Stabilizarea centurii scapulare, prevenția disfuncțiilor posturale și a durerilor lombare	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Exerciții musculare pentru trunchi și abdomen • Rol în stabilitatea coloanei, analiza biomecanică a exercițiilor de stabilizare, prevenția lombalgiei.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Exerciții musculare pentru piept • Execuție biomecanică, prevenirea dezechilibrelor anterioare și a sindromului de impingement.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Exerciții musculare pentru braț și antebraț • Analiza biomecanică a mișcărilor de flexie-extensie, kinetoprofilaxia tendinopatiilor de cot.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Exerciții musculare pentru cvadriceps • Execuție corectă în lanț cinetic deschis/închis, prevenția leziunilor de genunchi (ligamentare, femuro-patelare). Exerciții de echilibru și propriocepție • Fundamente neurofiziologice, execuție practică, rol în kinetoprofilaxia căderilor și a instabilităților articulare.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Exerciții pliometrice și de forță explozivă • Analiză biomecanică, aplicații practice, riscuri și măsuri de prevenție pentru accidentările sportive.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Exerciții de stretching și mobilitate articulară • Tehnici corecte, greșeli frecvente, efecte asupra țesuturilor conjunctive, prevenția rigidităților articulare.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Kinetoprofilaxia în bolile cardiovasculare • Exercițiul fizic ca mijloc de prevenire primară și secundară a bolilor coronariene, hipertensiunii, insuficienței cardiace. • Principii de siguranță, monitorizare (FC, TA). • Adaptări cardiovasculare la efort și recomandări.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Kinetoprofilaxia în bolile metabolice și sindromul metabolic • Rolul exercițiului în prevenția și controlul diabetului zaharat tip 2, obezității și dislipidemiilor. • Efectele metabolice (sensibilitate insulinică, consum energetic, compoziție corporală). • Programe integrate de exercițiu + nutriție + educație.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Kinetoprofilaxia în osteoporoză și sănătatea osoasă • Mecanisme de mecanotransducție și rolul exercițiului cu impact/oscilator. • Programe pentru prevenirea fracturilor și menținerea densității minerale osoase. • Siguranță și contraindicații (mișcări cu risc de fractură vertebrală).	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	

Kinetoprofilaxia în sarcopenie și fragilitate la vârstnici - Efectele exercițiului asupra masei și forței musculare. - Programe de forță + echilibru pentru prevenirea căderilor. - Impact asupra calității vieții și independenței funcționale.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Kinetoprofilaxia în afecțiuni musculoscheletale degenerative - Dureri lombare cronice, afecțiuni degenerative ale umărului/șoldului. - Exercițiul ca mijloc de reducere a durerii, îmbunătățire a mobilității și funcției. - Strategii de prevenire a progresiei bolii.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Kinetoprofilaxia dezechilibrelor posturale și a disfuncțiilor de statică - Scolioze funcționale, cifoze posturale, sindroame de hiperlordoză. - Rolul exercițiului corectiv și al reeducării posturale. - Screening postural și protocoale de prevenție.	2	Observația, conversația, demonstrația, exersarea	
Bibliografie minimală recomandată *Iulian Ștefan Holubiac – Kinetoprofilaxie – suport de curs, 2025. - Iulian Ștefan Holubiac – Anatomie funcțională. Sistemul osteo-articular, Editura Universității din Pitești, 2019; - Iulian Ștefan Holubiac – Anatomie funcțională. Sistemul muscular, Editura Universității din Pitești, 2019; V. Papilian, Ed. Didactică și pedagogică București 2003 – ANATOMIA OMULUI VOL. I APARATUL LOCOMOTOR; - Grays Atlas of Anatomy - Susan Stading, Ed.Elsevier, 2019;			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Interventii, exemplificari în cadrul cursului interactiv (CP1, CP2, CT3) Realizarea conexiunilor terminologice în perspectivă intra și interdisciplinară (CP1, CP2, CT3)	Colocviu scris - întrebări cu răspunsuri descriptive	50%
Laborator/ Lucrări practice	Implicarea activă la nivelul activităților practice realizate în manieră individuală sau la nivel de grup (CP1, CP2, CT3) Cunoașterea principalelor grupe musculare de la nivelul corpului precum și a oaselor de la același nivel (CP2, CT3)	- Elaborarea unui program de exerciții profilactice pentru o afecțiune la alegere și susținerea activității practice pentru tema aleasă	50%

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
08.09.2025	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan	Lect. Univ. Dr. Holubiac Iulian Ștefan

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. Univ. Dr. Crăciun Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. Univ. Dr. Grosu Bogdan

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. Univ. Dr. Leuciuc Florin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BAZELE JOCULUI SPORTIV HANDBAL: APLICAȚII ÎN KINETOTERAPIE				
Anul de studiu	I	Semestrul	1	Tipul de evaluare	EXAMEN
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOP

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	55
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	58
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Competențe specifice acumulate

Competențe generale	CP 2 Aplică tehnici organizăționale CP5 Utilizează diverse canale de comunicare CP 12 Contribuie la procesul de reabilitare
Competențe transversale	CP 4 Își menține aptitudinile fizice

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul explică regulile fundamentale ale jocului de handbal și a tehnicilor de bază, precum și a aplicațiilor terapeutice în reabilitarea funcțională.	Studentul/Absolventul are abilitatea de a utiliza elemente ale jocului de handbal pentru a promova coordonarea, forța și mobilitatea în cadrul reabilitării funcționale.	Studentul/Absolventul are abilitatea de a gestiona sesiuni de terapie în mod independent, asumându-și responsabilitatea eficiența intervențiilor. Studentul/Absolventul exemplifică programe de exerciții bazate pe elemente din jocul de handbal, în funcție de rezultatele evaluării.

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

Obiectivul general al disciplinei	- să înțeleagă conceptele specifice disciplinei handbal și să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată noțiunile teoretice și practice specifice jocului de handbal;
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 24 ore	14 ore		
1. Caracteristicile jocului de handbal.	2h	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 3
2. Elemente tehnico-tactice de bază ale jocului de handbal	2h		
3. Elemente de tehnică specifice jucătorului pivot.	2h		
4. Elemente de tehnică specifice jucătorului portar.	2h		
5. Elemente de tactică individuală I	2h		
6. Elemente de tactică individuală II	2h		
7. Particularități ale practicării handbalului în școală	2h		
Bibliografie minimală recomandată			
1. Biro F., Roman C., Dragoș P. – Handbal (inițiere), editura Univ. Oradea, Oradea, 2002			
2. Ghermănescu Kunst I., Hnat M. – Handbal I, editura Fundației „România de Măine”, București, 2000			
3. Ghervan. P. - Handbal. Teorie, metodică, practică, editura Universității „Stefan cel Mare” din Suceava, 2006			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Elementele tehnice de bază ale jocului	28 ore		
1. Poziția fundamentală în atac și apărare.	2h		
2. Ținerea, prinderea și pasarea mingii de pe loc și din deplasare	2h		
3. Conducerea mingii (driblingul simplu și multiplu) – scoaterea mingii din dribling.	2h		
4. Aruncarea: cu sprijin pe sol și din săritură – blocarea aruncării.	2h		
5. Regulament: teren, minge, durata jocului, jucători, echipament, jucarea mingii, spațiul de poartă, portarul.	2h		
Elemente tehnico-tactice individuale în atac și apărare			
6. Pătrunderea pe culoar – închiderea culoarului de pătrundere.	2h		
7. Marcajul (direct, indirect, strâns și la supraveghere) – demarcajul.	2h		
8. Depășirea – contracararea depășirii.	2h		
9. Complexe: pasă – prindere – aruncare - blocarea aruncărilor.	2h		
Fazele jocului în atac și apărare			
10. Faza I a atacului (contraatacul direct, cu intermediar - cu un vârf, cu două vârfuri) – faza I a apărării – (replierea). Faza a II-a atacului (contraatac susținut) – faza a II-a apărării (zona temporară).	2h		
11. Faza a III-a atacului: (organizarea atacului) – faza a III-a apărării (organizarea apărării).	2h		
Faza a IV-a atacului: (atacul organizat) – faza a IV-a apărării (apărarea organizată).			
12.Elemente tehnico-tactice din jocul portarului	2h		
- Poziția fundamentală;			
- Deplasarea în poartă;			
- Plasamentul;			
- Procedee tehnice pentru apărarea aruncărilor de la distanță;			
- Procedee tehnice pentru apărarea aruncărilor de la semicerc;			
- Recuperarea mingii și lansarea contraatacului;			
- Colaborarea cu apărătorii.			
13. Elemente tehnico-tactice din jocul pivotului	2h		
- Poziția fundamentală;			
- Plasamentul;			
- Pașii 1 și 2 ai pivotului.			
14. Evaluare	2h		
Bibliografie minimală recomandată			

1. Abălașei B., Iacob, R. M., (2007), Handbal – îndrumar metodic, Editura P.I.M., Iași;
2. Ghervan, P., (2006), Jocuri pregătitoare pentru Handbal, Editura Universității din Suceava, Suceava;
3. Leuciuc F. (2025) Handbal - Îndrumar practico-metodic pentru programul de studii Kinetoterapie și motricitate specială, Editura Universității din Suceava, Suceava
4. Orănescu, C., Popescu, C., (2007), Handbal – Teoria și metodică jocului, Editura Universitaria, Craiova.

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Cunoașterea conceptelor de bază ale teoriei jocului de handbal (CP2, CP5, CT 4); - Cunoașterea tehnicii de bază a jocului de handbal (CP2, CP5, CP 12, CT 4);	- examen scris și oral	50%
Seminar	-	-	-
Laborator/ Lucrări practice	Exersarea și demonstrarea izolat a elementelor și procedeele tehnico-tactice specifice jocului de handbal (CP2, CP5, CP12 11, CT 4).	- probe practice contra timp (participare competiții sportive) - caiet LP	35% 15%
Proiect			

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
12.09.2025	Prof. Univ. dr. Petru Ghervan	Asist. univ. Gavriloiu Răzvan

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ. dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan Marius

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof. univ. dr. Leuciuc Florin Valentin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina							
Denumirea disciplinei			Limba engleză				
Anul de studiu		I	Semestrul		I	Tipul de evaluare	V
Regimul disciplinei	Categoriza formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară						DC
	Categoriza de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA -facultativă						DOP

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	20
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	22
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	50
Numărul de credite	2

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP5. Utilizează diferite canale de comunicare.
Competențe transversale	CT3. Gândește analitic.

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul cunoaște vocabularul, gramatica și structura limbii străine studiate, utilizând termeni și expresii relevante din domeniu.	Studentul/absolventul are abilitatea de a comunica eficient în limba străină, atât oral cât și în scris, utilizând terminologia specifică domeniului.	Studentul/absolventul are capacitatea de a învăța și aplica cunoștințele de limbă străină în contexte academice și profesionale, inclusiv studiarea literaturii de specialitate.

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

Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea competențelor lingvistice implicate în procesul de traducere și interpretare a textelor din domeniul kinetoterapiei și a motricității speciale.
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Aplicații (seminar)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Traducere de text științific din limba engleză: <i>The Importance of Temperature</i> . Exerciții de vocabular; exerciții cu mai multe variante. Formare de cuvinte.	3 ore	Expunere, Explicație	
Traducere de text științific din limba engleză: <i>Not so perfect. Thomas Midgley</i> . Exerciții de vocabular: știință și tehnologie. Exerciții de refrazare.	3 ore	exemplificarea, analiza, sinteza, problematizarea	
Traducere de text științific din limba engleză în limba română. Exerciții de vocabular; exerciții cu mai multe variante. Formare de cuvinte.	3 ore		
Traducere de text publicistic din limba română în limba engleză: <i>Evaluare motrică și somato-funcțională</i> . Exerciții de vocabular; Formare de cuvinte prin derivare.	3 ore		
Traducere de text publicistic din limba engleză: <i>Mental Health and Physical Activities</i> . Exerciții de vocabular: activități fizice și consumul caloric; exerciții de parafrază	3 ore		
Traducere de text științific din limba engleză: <i>Leisure and Fitness Attributes to Community Satisfaction</i> . Exerciții de parafrază și de vocabular.	3 ore		
Traducere de text științific din limba engleză: <i>Human Body and Microorganisms</i> . Exerciții de vocabular: principiile generale ale igienei umane.	3 ore		
Traducere de text științific din limba română în limba engleză : <i>Beneficiile sportului și prevenția bolilor</i> . Exerciții de refrazare. Exerciții cu mai multe variante. Exerciții de vocabular.	3 ore		
Traducere de text științific din limba engleză în limba română: <i>Water Sports</i> . Exerciții de parafrază, cu mai multe variante și de vocabular. Fișe de termeni de specialitate.	4 ore		
Bibliografie minimală recomandată			
1. Badea G., <i>Mic dicționar de termeni utilizați în teoria, practica și didactica traducerii</i>, Editura Universității de Vest, Timișoara, 2012. 2. Daintith, John (2005)- <i>A Dictionary of Science</i>, Oxford University Press, Oxford. 3. Nida E.A., <i>Traducerea sensurilor: traducerea posibilă și imposibilă</i>, Editura Institutul European, Iași, 2004 4. Pym Anthony (2014) – <i>Exploring translation theories</i>, Routledge, London.			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Seminar	• utilizarea corectă a termenilor de specialitate în procesul de traducere și interpretare ; • efectuarea de operații de transfer interlingvistic; • interpretarea unui text sursă și producerea unui text țintă.	Verificarea etapelor traducerii unui text științific + test scris	50%+50%

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
19.09.2025		Lector univ.dr. ROȘU Alice Iuliana 

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf.univ.dr. CRĂCIUN Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ. dr. GROSU Bogdan Marius

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof.univ.dr. LEUCIUC Florin Valentin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	LIMBA STRĂINĂ: FRANCEZĂ I				
Anul de studiu	I	Semestrul	1	Tipul de evaluare	V
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DC
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOP

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	20
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	22
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	50
Numărul de credite	2

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP5. Utilizează diferite canale de comunicare
Competențe transversale	CT3. Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul cunoaște vocabularul, gramatica și structura limbii străine studiate, utilizând termeni și expresii relevante din domeniu.	Studentul/Absolventul: 12.3.Comunică eficient în limba străină, atât oral cât și în scris, în contexte academice, profesionale și sociale.	Studentul/Absolventul: 12.3.1.Gestionează propriul proces de învățare a limbii străine, folosind resurse adecvate pentru îmbunătățirea abilităților de comunicare specifice domeniului.

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

Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea competenței de comunicare în/din limba franceză, folosind terminologia de specialitate și gândirea analitică, adaptate la contextele academice, profesionale și sociale proprii domeniului kinetoterapie și motricitate specială.
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Introducere: Limba franceză pentru Kinetoterapie. Termeni medicali identici/diferiți în franceză și în română.	2	Lectură și traducere de documente scrise Audite/viziore și traducere de documente audio-vizuale Conversații euristică	- resurse în format electronic; fișe cu sinteze teoretice; fișe cu structuri lingvistice specifice;
Profesia de kinetoterapeut. Vocabular și situații tematice.	2		https://www.ordremk.fr/je-suis-etudiant/decouvrir-le-metier/ , http://www.courskine.fr/la_profession_173.htm , http://www.courskine.fr/la_kinesitherapie_172.htm , <i>Le métier de masseur-kinésithérapeute, c'est fait pour moi !</i> (4,19 min) https://www.youtube.com/watch?v=EMni-C1pLk0 <i>Masseur-kinésithérapeute / Masseuse-kinésithérapeute</i> (2,23 min) https://www.youtube.com/watch?v=khpYVJAs7Ko
Student la kinetoterapie. Studii, tipuri de formare de specialitate, diplome în Franța și Uniunea Europeană. Vocabular și situații tematice.	2		https://www.ordremk.fr/je-suis-etudiant/etudes/ , https://www.ordremk.fr/je-suis-etudiant/etudes/devenir-kinesitherapeute/ , https://www.ordremk.fr/je-suis-etudiant/formation/ , https://www.ink-formation.com/ , https://www.ordremk.fr/actualite/etudiants/ , https://www.snmkr.fr/formation-initiale , http://www.courskine.fr/les_etudes_de_kinesitherapie_174.htm , <i>Cum devii kinetoterapeut</i> (9,22 min) https://www.youtube.com/watch?v=AjCYhh4vJ4Q
Kinetoterapia, diversitate și deschidere. Portrete interviu. Vocabular și situații tematice.	4	Problematică	Kinetoterapeuți în cabinet și personalități de renume în lumea sportului (campioni olimpici la haltere, judo, atletism, fotbal, kayak, călărie, snowboardcross, etc.) https://www.ordremk.fr/je-suis-kinesitherapeute/les-portraits/
Corpul uman. Aparat și sisteme. Aparatul digestiv, sistemul respirator/cardiovascular, aparatul urinar/genital, sistemul nervos. Vocabular și situații tematice.	4	Explicații	- fișe cu sinteze teoretice; fișe cu structuri lingvistice specifice;
Corpul uman. Aparatul locomotor. Mușchii. Vocabular tematic și lexic vizual.	4	Repetare individuală/în cor	https://infovisual.info/fr/topics , https://infovisual.info/fr/corps-humain/os-de-la-main , https://infovisual.info/fr/corps-humain/colonne-vertbrale , http://www.corpshumain.ca/Bras_et_Main.php
O zi de lucru ca maseur-kinetoterapeut. Cabinet privat și mediu spitalicesc. Vocabular și situații tematice.	4		<i>La Journée d'un Kinésithérapeute Ostéopathe (vue de l'intérieur)</i> (7,53 min) https://www.youtube.com/watch?v=AX9Px08K0Hg <i>[En immersion] Avec des masseurs-kinésithérapeutes de l'hôpital Corentin-Celton AP-HP</i> (4,57 min) https://www.youtube.com/watch?v=un47NOF8qc8
Beneficiile kinetoterapiei pentru sănătate. Kinetoterapia preventivă. Vocabular și	2		- fișe cu sinteze teoretice; - fișe cu structuri lingvistice specifice;

situații tematice.			https://www.kinemedical.fr/fr/dossiers/tous-les-dossiers/kinesitherapie-soutenir-sante https://www.kinemedical.fr/fr/dossiers/tous-les-dossiers/la-kinesitherapie-preventive
Kinetoterapia și recuperarea forței musculare. Vocabular și situații tematice.	2		- fișe cu sinteze teoretice; - fișe cu structuri lingvistice specifice; https://www.kinemedical.fr/fr/dossiers/tous-les-dossiers/raideur-musculaire-que-faire https://www.kinemedical.fr/fr/dossiers/tous-les-dossiers/les-douleurs-musculaires-comment-en-venir-a-bout
Bilanț. Sinteză; evaluarea / autoevaluarea activității pe parcurs.	2		
Bibliografie minimală recomandată			
Mandelbrojt-Sweeney, M., 2006, <i>Limba franceză pentru medici și asistente</i> , traducere de Alina Gavrilăoia, Iași, Polirom			
Stavarache, Ioana; Antonela-Olivia Stavarache (coord.), 2020, <i>Bonne sante: ghid practic de franceză medicală, termeni&subtilități</i> , Iași, Meridiane Print Publishing			
Dicționare			
Albu, Constantin, 2007, <i>Dicționar de kinetoterapie</i> , Iași, Polirom			
Aldea Irina, 2021, <i>Mic dictionar de kinetoterapie român-francez</i> , Craiova, Editura Universitaria			
Sitografie			
Dicționar vizual în franceză. Corpul uman https://infovisual.info/fr/corps-humain/os-de-la-main , https://infovisual.info/fr/corps-humain/colonne-vertbrale			
Corpul uman. Sistem scheletic, muscular etc. http://www.corpshumain.ca/Bras et Main.php			
Academia de kinetoterapie (demers terapeutic, biomecanică, traumatologie, reeducare, etc.) https://www.itmp.fr/academie/telechargements/			
Ordinul maseurilor-kinoterapeuți https://www.ordremk.fr/			
Cod de deontologie al maseurilor-kinoterapeuți https://deontologie.ordremk.fr/			
Federația franceză a maseurilor-kinoterapeuți https://www.ffmkr.org/			
Sindicatul național al maseurilor-kinoterapeuți https://www.snmkr.fr/			
Colegiul național de Kinetoterapie https://www.cnks.org/			
Societatea franceză de fizioterapie https://www.sfphysio.fr/			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Seminar	Atitudinea pozitivă și participarea activă la seminarii, respectarea termenelor; îndeplinirea cu constanță și seriozitate a sarcinilor de lucru; Folosirea adecvată a terminologiei de specialitate în context profesional.	Evaluare pe parcurs Verificarea orală pe parcurs	50%
		Evaluare finală: Probă orală. Traducere (lecture et compréhension de l'écrit) de text de specialitate din domeniul Kinetoterapie	50%

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
18.09.2025		Lector univ. dr. BIHOLARU Elena-Camelia

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ. dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament DLS (FLSC) / FEFS
22.09.2025	Conf. univ. dr. Gancevici Olga / Conf. univ.dr. Bogdan GROSU

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof.univ.dr. Florin Valentin LEUCIUC

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	BAZELE JOCULUI SPORTIV FOTBAL: APLICAȚII ÎN KINETOTERAPIE				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DF
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOP

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	56
II.b) Tutoriat (pentru ID)	-
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	-

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	58
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP2. Aplică tehnici organizaționale CP5. Utilizează diferite canale de comunicare CP12. Contribuie la procesul de reabilitare
Competențe transversale	CT4. Își menține aptitudinile fizice

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul cunoaște și explică regulile fundamentale ale jocului de fotbal și a tehnicilor de bază, precum și a aplicațiilor terapeutice în reabilitarea funcțională.	Studentul/Absolventul: 8.3. Dezvoltă și implementează programe de exerciții specifice jocului de fotbal, adaptate nevoilor individuale ale beneficiarilor în cadrul kinetoterapiei.	Studentul/Absolventul: 8.1.1. Are abilitatea de a gestiona sesiuni de terapie în mod independent, asumându-și responsabilitatea eficienței intervențiilor. 8.4.1. Dezvoltă și implementează programe de exerciții specifice jocului de fotbal, adaptate nevoilor individuale ale pacienților în cadrul kinetoterapiei. 8.5.1. Gestionează sesiuni de terapie în mod independent, asumându-și responsabilitatea pentru eficiența intervențiilor.

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

Obiectivul general al disciplinei	Îmbogățirea bagajului de mijloace în vederea învățării și consolidării acțiunilor individuale și colective din jocul de fotbal, a succesiunii metodice a acestora în vederea aplicării lor corecte în procesul de instruire; (CP12)
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs 1: Obiectul teoriei jocului de fotbal. Fotbalul ca disciplină științifică, sportivă, ca mijloc al educației fizice și sportive, ca sport complementar și ca spectacol sportiv;	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 2. Cap. 1.1, pg. 8-20 + PPT(pus la dispoziție USV)
Curs 2: Descrierea jocului de fotbal, caracteristicile jocului de fotbal, organizarea fotbalului pe plan național și internațional	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 2. Cap. 1.2,1.3,1.4 pg.22-38 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 3: Fotbalul – fenomen social, Valoarea formativă a jocului de fotbal, fotbalul mijloc de menținere a sănătății și jocul de fotbal la persoanele cu dizabilități	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 2. Cap. 2.1,2.2,2.3,2.4 pg.44-57 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 4: Date privind istoricul jocului de fotbal: jocul cu mingea în antichitate, în evul mediu, în perioada modernă, evoluția fotbalului în România și scurt istoric al jocului de fotbal în orașul Suceava	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 2. Cap. 3.1,3.2,3.3,3.4,3.5 pg.62-84 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 5:Bazele tehnicii jocului de fotbal – noțiuni generale despre tehnica jocului de fotbal; Tehnica – definiție, conținut, caracteristici și tendințe;	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 2. Cap. 4.1,4.2 pg.87-100 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 6 : Sistematizarea tehnicii; Descrierea elementelor tehnice fără minge	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 2. Cap. 4.2,4.3 pg.100-116 + PPT(pus la dispoziție)
Curs 7 : Descrierea elementelor și procedeele tehnice de transmitere a mingii, de intrare în posesia mingii și de menținere a posesiei mingii	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 2. Cap. 4.3.2 pg.102-116 + PPT(pus la dispoziție)
Bibliografie minimală recomandată			
1. GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV) 2. GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Fundamente Științifice, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava,2014 (accesibilă la Biblioteca USV) 3. GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – 120 de antrenamente la copii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, RA, București, 2013 (accesibilă la Biblioteca USV)			

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea lovirii mingii cu piciorul Învățarea, consolidarea și perfecționarea lovirii mingii cu interiorul labei piciorului (latul),cu șiretul plin, cu șiretul interior și șiretul exterior	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.16-34
2.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea lovirii mingii cu piciorul Învățarea, consolidarea și perfecționarea lovirii mingii cu exteriorul labei piciorului, prin deviere, lovirea mingii cu vârful labei piciorului, cu călcâiul, cu genunchiul, din vole, din demivole și prin forfecare	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.16-34
3.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea preluării mingii Învățarea, consolidarea și perfecționarea preluării prin ricoșare a mingilor rostogolite, prin amortizare a mingilor cu traiectorie înaltă (amortizare realizată cu laba piciorului, coapsa, pieptul, capul, abdomenul)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.28-44
4.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea conducerii mingii Învățarea, consolidarea și perfecționarea conducerii mingii cu latul piciorului și cu șiretul interior, plin și exterior	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.44-54
5.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea mișcării înșelătoare Învățarea, consolidarea și perfecționarea mișcărilor înșelătoare executate cu minge, fără minge, de pe loc și din deplasare,	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea),	Bibliografie 1, pg.54-60

executate cu diferite segmente ale corpului, cu una sau mai multe acțiuni de simulare		învățarea prin descoperire.	
6.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea lovirii mingii cu capul Învățarea, consolidarea și perfecționarea lovirii mingii cu capul de pe loc și din alergare, din săritură cu bătaie pe un picior și pe ambele picioare, din plonjon, spre înainte, înapoi și în lateral	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.61-68
7.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea deposedării adversarului de minge Învățarea, consolidarea și perfecționarea procedeelor tehnice de deposedare a adversarului de minge din față (frontal) , din lateral (cu piciorul interior și exterior adversarului)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.68-78
8.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea deposedării adversarului de minge Învățarea, consolidarea și perfecționarea procedeelor tehnice de deposedare a adversarului de minge din spate (cu piciorul interior și exterior adversarului) și prin alunecare (cu atac frontal, cu atac lateral și cu plonjon, cu atac posterior, prin alunecare cu un picior și cu ambele picioare)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.68-78
9.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea protejării mingii Învățarea și consolidarea protejării și păstrării mingii pe loc și în timpul conducerii acesteia	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.68-85
10.Exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea aruncării mingii de la margine Învățarea, consolidarea aruncării mingii de la margine de pe loc, cu elan, din plonjon	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.85-94
11.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea jocului portarului Învățarea, consolidarea și perfecționarea conținutului tehnicii portarului: poziția fundamentală, deplasarea în poartă, în suprafața porții, în careul de 16 m, prinderea mingilor de pe loc (fără și cu plonjon) și din deplasare (fără și cu plonjon)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.94-101
12.Structuri de exerciții pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea jocului portarului Învățarea, consolidarea și perfecționarea conținutului tehnicii portarului: blocarea mingilor, boxarea mingilor (perpendiculare pe poartă, paralele cu poarta), devierea mingilor și repunerea mingii în joc (cu mâna și cu piciorul)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.94-101
13.Complexe tehnico-tactice și jocuri bilaterale pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea în condiții apropiate de joc și de joc a elementelor tehnico-tactice Complexe de exerciții și jocuri specifice acțiunilor tactice de colaborare în atac: pasele între 2 sau mai mulți jucători	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.101-109
14.Complexe tehnico-tactice și jocuri bilaterale pentru învățarea, consolidarea și perfecționarea în condiții apropiate de joc și de joc a elementelor tehnico-tactice Complexe de exerciții privind realizarea de combinații tactice și jocuri specifice tacticii de colaborare în apărare: dublajul, suplinirea, sprijinul	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	Bibliografie 1, pg.109-118
Bibliografie minimală recomandată			

1. GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019, (accesibilă la Biblioteca USV)
2. GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – 120 de antrenamente la copii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, RA, București, 2013, (accesibilă la Biblioteca USV)

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Cunoașterea conceptelor de bază ale teoriei jocului de fotbal (CP5,CP12) - Cunoașterea tehnicii de bază a jocului de fotbal (CP2,CP12)	- examen scris și oral	50%
Seminar			
Laborator/ Lucrări practice	Exersarea și demonstrarea izolat elementelor și procedeele tehnico-tactice specifice jocului de fotbal 3 complexe tehnico-tactice (CP12, CT4)	- probe practice contra timp	50%
Proiect			

Fișa disciplinei include, dacă este cazul, elemente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan Marius	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan Marius Asist. univ. dr. Tatarcan Catalin

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan Marius

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan Marius

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
	Prof. univ. dr. Leuciuc Florin-Valentin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Limba engleză		
Anul de studiu	I	Semestrul	2
Tipul de evaluare	V		
Regimul disciplinei	Categorizația formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară		
	Categorizația de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA -facultativă		
	DC		
	DOP		

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	20
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	22
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	50
Numărul de credite	2

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP5. Utilizează diferite canale de comunicare.
Competențe transversale	CT3. Gândește analitic.

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul cunoaște vocabularul, gramatica și structura limbii străine studiate, utilizând termeni și expresii relevante din domeniu.	Studentul/Absolventul: 12.3.Comunică eficient în limba străină, atât oral cât și în scris, în contexte academice, profesionale și sociale.	Studentul/Absolventul: 12.3.1.Gestionează propriul proces de învățare a limbii străine, folosind resurse adecvate pentru îmbunătățirea abilităților de comunicare specifice domeniului.

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

Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea competențelor lingvistice implicate în procesul de traducere și interpretare a textelor din domeniul kinetoterapiei și a motricității speciale.
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Aplicații (seminar)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
• Traducere de text științific din limba engleză: <i>Sporting Performance and Food</i>. Exerciții de vocabular; exerciții cu mai multe variante. Formare de cuvinte. • Traducere de text științific din limba engleză: <i>Nutrition and Athletic Performance. The Relationship between healthy food and sports</i>. Exerciții de vocabular și de refrazare. • Traducere de text publicistic din limba engleză: <i>WHO launches guide on healthy food at sports events</i>. Exerciții de vocabular. Formare de cuvinte prin derivare. • Traducere de text publicistic din limba engleză: <i>Understanding the five different types of gymnastics</i>. Exerciții de vocabular: alimente sănătoase vs fast food. • Traducere de text științific din limba engleză: <i>Basic Volleyball Rules and Terms</i>. Exerciții de parafrază și de vocabular: toxicologia alimentelor, contaminarea alimentelor. • Traducere de text științific din limba română: <i>Expresii corporale și euritmie</i>. Exerciții de vocabular: principiile generale ale igienei umane. • Traducere de text științific din limba română în limba engleză: <i>Radiologie și imagistică medicală</i>. Exerciții de refrazare. Exerciții cu mai multe variante. Exerciții de vocabular. • Traducere de text științific din limba română în limba engleză: <i>Kinetoterapia în afecțiuni ortopedico-traumatice cu aplicații în sport</i>. Exerciții de parafrază, cu mai multe variante și de vocabular. • Traducere de text științific din limba română în limba engleză: <i>Metode și tehnici de reeducare neuro-motorie</i>. Exerciții cu mai multe variante și de vocabular. • Recapitulare finală.	3 ore 3 ore 3 ore 3 ore 3 ore 3 ore 3 ore 2 ore 2 ore	Expunere, Explicație exemplificarea, analiza, sinteza, problematizarea	
Bibliografie minimală recomandată			
1. Badea G., <i>Mic dicționar de termeni utilizați în teoria, practica și didactica traducerii</i> , Editura Universității de Vest, Timișoara, 2012. 2. Daintith, John (2005) - <i>A Dictionary of Science</i> , Oxford University Press, Oxford. 3. Nida E.A., <i>Traducerea sensurilor: traducerea posibilă și imposibilă</i> , Editura Institutul European, Iași, 2004 4. Pym Anthony (2014) – <i>Exploring translation theories</i> , Routledge, London.			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Seminar	• utilizarea corectă a termenilor de specialitate în procesul de traducere și interpretare ; • efectuarea de operații de transfer interlingvistic; • interpretarea unui text sursă și producerea unui text țintă.	Verificarea etapelor traducerii unui text științific+test scris	50%+50%

Fișa disciplinei include, dacă este cazul, elemente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
19.09.2025		Lector univ.dr. ROȘU Alice Iuliana 

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf.univ.dr. CRĂCIUN Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament
22.09.2025	Conf. univ. dr. GROSU Bogdan Marius

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof.univ.dr. LEUCIUC FlorinValentin

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina						
Denumirea disciplinei		LIBRĂ STRĂINĂ: FRANCEZĂ II				
Anul de studiu	I	Semestrul	2	Tipul de evaluare	V	
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară					DC
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă					DOP

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

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

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	22
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	22
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	50
Numărul de credite	2

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	CP5. Utilizează diferite canale de comunicare
Competențe transversale	CT3. Gândește analitic

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Studentul/Absolventul cunoaște vocabularul, gramatica și structura limbii străine studiate, utilizând termeni și expresii relevante din domeniu.	Studentul/Absolventul: 12.3.Comunică eficient în limba străină, atât oral cât și în scris, în contexte academice, profesionale și sociale.	Studentul/Absolventul: 12.3.1.Gestionează propriul proces de învățare a limbii străine, folosind resurse adecvate pentru îmbunătățirea abilităților de comunicare specifice domeniului.

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

Obiectivul general al disciplinei	Dezvoltarea competenței de comunicare în/din limba franceză, folosind terminologia de specialitate și gândirea analitică, adaptate la contextele academice, profesionale și sociale proprii domeniului kinetoterapie și motricitate specială.
-----------------------------------	---

7. Conținutul predării și învățării

Aplicații (seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Limba franceză: terminologie de specialitate în kinetoterapie.	2		Kinetoterapeut sau osteopat? https://www.youtube.com/watch?v=fwSyDLSUqTo
Cod de deontologie cu lexic al maseurilor-kinetoterapeuți. Îndatoriri generale ale maseurilor-kinetoterapeuți ; îndatoriri către pacienți/confrăți și membri ai altor profesii din	2	Lectură și traducere de documente	Cod de deontologie cu lexic https://deontologie.ordremk.fr/wp-content/uploads/2021/06/code-de-deontologie-avec-lexique.pdf

sănătate. Lexic de specialitate.		scrise	
Ghid de informare și bune practici. Recomandări referitoare la comunicarea maseurului-kinoterapeut cu pacientul ; modalități de informare a pacientului respectând codul de sănătate publică. Lexic de specialitate.	4	Audiție/ vizionare și traducere	Ghid de bune practici https://www.ordremk.fr/je-suis-kinesitherapeute/exercice/guide-des-bonnes-pratiques/ , https://en.calameo.com/read/0000072374adffeffc4?page=1
Kinetoterapia. Tehnici și tipuri de masaj terapeutic și de recuperare. Lexic de specialitate.	4	de documente audio-vizuale	https://www.passeportsante.net/fr/Therapies/Guide/Fiche.aspx?doc=massotherapie_th https://www.indexsante.ca/chroniques/239/massotherapie-techniques-de-massage.php
Ședinta de kinetoterapie. Echipamente și materiale. Vocabular și situații tematice.	2		Articole tematice în reviste de kinetoterapie https://www.kinescoop.com/ou-acheter-une-table-de-massage/
Examinarea pacientului: durerea, suferința în afecțiunile motorii. Vocabular și situații tematice	2	Conversații euristică	Articole tematice în reviste de kinetoterapie https://www.kinescoop.com/comment-dormir-avec-des-douleurs-lombaires-et-dorsales/ https://www.kinescoop.com/quelles-sont-les-causes-des-douleurs-dorsales/
Fișe practice pentru consultații. Tematică, situații și termeni medicali.	4	Problematizare	Exemple de fișe practice în kinetoterapie (artroză, bronhopneumopatie cronică obstructivă BPCO, capsulită, entorsă a gleznei, fibromialgie, luxație de umăr, scolioză, tendinopatie, torticolis congenital, reeducare perineală, reeducare după AVC, tulburări de echilibru) https://www.ordremk.fr/je-suis-patient/mon-kine-et-moi/
Kinetoterapia sportivă. Vocabular și situații tematice.	4	Explicații	Articole tematice în reviste de kinetoterapie https://www.kinemedical.fr/fr/dossiers/tous-les-dossiers/kine-sport-ameliorer-recuperation
Practici curente și exerciții de fizioterapie la domiciliu. Lexic uzual și de specialitate.	2	Repetare individual/în cor	<i>Le service de physiothérapie vous propose : 13 exercices à réaliser assis</i> (10,20 min) https://www.youtube.com/watch?v=RXyFvJlkvwq
Kinetoterapia în spațiul francofon. Redactarea unui Curriculum vitae de specialitate	2	Jocuri pe roluri	- modele de CV; https://www.moncvparfait.fr/cv/exemples/paramedical/kinesitherapeute https://www.ordremk.fr/je-suis-kinesitherapeute/mobilite/venir-exercer-en-france/ ; <i>Comment devenir kiné en France ? (les études de kiné avec la réforme 2020)</i> (9,02 min) https://www.youtube.com/watch?v=UqIV4llv79g <i>Etudier la kinésithérapie en Belgique</i> (16,32 min) https://www.youtube.com/watch?v=6ILOcZNbiUc ;
Bibliografie minimală recomandată			
Mandelbrojt-Sweeney, M., 2006, <i>Limba franceză pentru medici și asistente</i> , traducere de Alina Gavrilăoia, Iași, Polirom			
Stavarache, Ioana; Antonela-Olivia Stavarache (coord.), 2020, <i>Bonne sante: ghid practic de franceză medicală, termeni&subtilități</i> , Iași, Meridiane Print Publishing			
Dicționare			
Albu, Constantin, 2007, <i>Dicționar de kinetoterapie</i> , Iasi, Polirom			
Aldea Irina, 2021, <i>Mic dictionar de kinetoterapie român-francez</i> , Craiova, Editura Universitaria			
Sitografie			
Dicționar vizual în franceză. Corpul uman https://infovisual.info/fr/corps-humain/os-de-la-main , https://infovisual.info/fr/corps-humain/colonne-vertbrale			
Corpul uman. Sistem scheletic, muscular etc. http://www.corpshumain.ca/Bras_et_Main.php			
Academia de kinetoterapie (demers terapeutic, biomecanică, traumatologie, reeducare, etc.) https://www.itmp.fr/academie/telechargements/			
Ordinul maseurilor-kinoterapeuți https://www.ordremk.fr/			
Cod de deontologie al maseurilor-kinoterapeuți https://deontologie.ordremk.fr/			
Federația franceză a maseurilor-kinoterapeuți https://www.ffmkr.org/			
Sindicatul național al maseurilor-kinoterapeuți https://www.snmkr.fr/			
Colegiul național de Kinetoterapie https://www.cnks.org/			
Societatea franceză de fizioterapie https://www.sfphysio.fr/			

8. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Seminar	Atitudinea pozitivă și participarea activă la seminarii, respectarea	Evaluare pe parcurs Verificare orală pe parcurs	50%

	termenelor; îndeplinirea cu constanță și seriozitate a sarcinilor de lucru; Folosirea adecvată a terminologiei de specialitate în context profesional.	Evaluare finală: Probă orală Traducere (lecture et compréhension de l'écrit) de text de specialitate din domeniul Kinetoterapie	50%
--	---	--	-----

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
18.09.2025		Lector univ. dr. BIHOLARU Elena-Camelia

Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program
20.09.2025	Conf. univ. dr. Crăciun Maria Daniela

Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament DLS (FLSC) / FEFS
22.09.2025	Conf. univ. dr. Gancevici Olga / Conf. univ.dr. GROSU Bogdan Marius

Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
23.09.2025	Prof.univ.dr. LEUCIUC Florin Valentin