



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclu de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Univ. Dr. Liliana-Elisabeta RADU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Univ. Dr. Liliana-Elisabeta RADU						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	1	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					21
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					8
Examinări					4
Alte activități: participare la studii și cercetări					-
3.7 Total ore studiu individual					71
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	-
4.2 De competențe	-

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sala de curs cu videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Teren/sală de atletism, cronometru, sector de înălțime, blocstarturi, mingi diferite



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic .
Competențe transversale	CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">• Cunoașterea curriculei de învățământ și încadrarea corespunzătoare a metodologiei specifice atletismului în documentele metodicodidactice, pe cicluri școlare (primar, gimnazial, liceal).
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">• Să utilizeze adecvat terminologia Atletismului în concordanță cu cerințele programei școlare.• Să-și însușească conceptele și noțiunile tehnice specifice Atletismului.• Să cunoască și să-și însușească corect tehnica în probele de alergări, sărituri și aruncări.• Să cunoască și să aplice mijloacele Atletismului în vederea îndeplinirii obiectivelor instructiv-educative prevăzute în programa școlară.• Să asigure un bagaj minim de cunoștințe practice și metodice pentru practicarea atletismului, cu posibilitate de transfer în activitatea independentă și de timp liber.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Istoricul și evoluția atletismului ca ramură de sport. Atletismul în epoca modernă. Atletismul ca sport competițional: categorii, probe, clasificare sportivă.	Prelegere	2 ore
2.	Bazele generale ale tehnicii exercițiilor de atletism. Trăsăturile fundamentale ale tehnicii. Delimitări conceptuale specifice analizei biomecanice.	Prelegere	2 ore
3.	Tehnica exercițiilor de alergări – bazele generale.	Prelegere	2 ore
4.	Tehnica alergării de viteză.	Prelegere	2 ore
5.	Tehnica alergării de semifond, fond și teren variat.	Prelegere	2 ore
6.	Tehnica alergărilor de ștafetă.	Prelegere	2 ore
7.	Tehnica alergărilor de garduri și a alergărilor peste obstacole.	Prelegere	2 ore



8.	Tehnica exercițiilor de sărituri – bazele generale.	Prelegere	2 ore
9.	Tehnica săriturii în înălțime: săritura prin pășire și printrăsturnare dorsală.	Prelegere	2 ore
10.	Tehnica săriturii în lungime: săritura cu un pas și jumătate și cu pași în aer.	Prelegere	2 ore
11.	Tehnica exercițiilor de aruncări – bazele generale.	Prelegere	2 ore
12.	Tehnica aruncării greutății: aruncarea cu elan linear și cu piruetă.	Prelegere	2 ore
13.	Tehnica aruncării prin azvârlire: aruncarea mingii de oină și a aruncării sulitei.	Prelegere	2 ore
14.	Recapitulare și analiza video a tehnicii.	Interactiv	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Merică, Al. (1994). *Tehnica exercițiilor de atletism*, Ed. Univ. „Al. I. Cuza” Iași.
- Merică, Al., Pop, R., Ursanu, G. (1993). *Metodica predării exercițiilor de atletism*, Ed. Univ. „Al.I.Cuza” Iași.
- Radu, L., (2004). *Tehnica și biomecanica în probele de alergări*, Studii de doctorat, Referatul nr. 1, ANEFS București.
- Rață, G. (2002). *Atletism. Tehnică, metodică, regulament*, Ed. Alma Mater, Bacău.
- Rinderiu, I., Dragomir, M., Albină, A. (2003). *Atletism*, Ed. Universitaria Craiova.

Referințe suplimentare:

- Ursanu, G., Popescu, V., Luca, L. (1999). *Atletism – alergări*, Curs pentru Învățământul la distanță, Iași.
- Ursanu, G., Popescu, V., Luca, L. (1999). *Atletism – sărituri*, Curs pentru Învățământul la distanță, Iași.
- Ursanu, G., Popescu, V., Luca, L. (1999). *Atletism – aruncări*, Curs pentru Învățământul la distanță, Iași.
- (2002). *Regulamentul concursurilor de atletism 2002-2003 (traducere)*. După Regulamentul IAAF, București.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Școala atletismului.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
2.	Școala atletismului.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
3.	Învățarea alergării de semifond. Școala săriturii.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
4.	Învățarea alergării de semifond. Școala săriturii.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
5.	Consolidarea alergării de semifond. Învățarea săriturii în înălțime cu pășire.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
6.	Consolidarea alergării de semifond. Învățarea săriturii în înălțime cu pășire.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
7.	Evaluare: pasul lansat de semifond; startul înalt și lansarea de la start.	-	2 ore
8.	Consolidarea săriturii în înălțime cu pășire.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore



9.	Consolidarea săriturii în înălțime cu pășire.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
10.	Concurs de sărituri.	-	2 ore
11.	Evaluare: tehnica săriturii în înălțime cu pășire.	-	2 ore
12.	Școala aruncării. Învățarea aruncării mingii de oină de pe loc.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
13.	Învățare-consolidare aruncareamngii de oină de pe loc.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
14.	Evaluare: aruncareamngii de oină de pe loc.	-	2 ore

Bibliografie:

- Merică, Al. (1994). *Tehnica exercițiilor de atletism*, Ed. Univ. „Al. I. Cuza” Iași.
- Merică, Al., Pop, R., Ursanu, G. (1993). *Metodica predării exercițiilor de atletism*, Ed. Univ. „Al.I.Cuza” Iași.
- Radu, L., (2004). *Tehnica și biomecanica în probele de alergări*, Studii de doctorat, Referatul nr. 1, ANEFS București.
- Rață, G. (2002). *Atletism. Tehnică, metodică, regulament*, Ed. Alma Mater, Bacău.
- Rinderiu, I., Dragomir, M., Albină, A. (2003). *Atletism*, Ed. Universitaria Craiova.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Conținutul disciplinei răspunde cerințelor prevăzute în programa școlară cu privire la însușirea deprinderilor sportive precum și la însușirea unui nivel corespunzător al tehnicii în vederea participării în competiții sportive școlare.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	80% prezență	Examen scris	70%
10.5 Seminar/ Laborator	100% prezență	Verificare practică	30%

10.6 Standard minim de performanță:

- 100% prezență la lucrările practice și obținerea minim a notei 5 la verificările practice și examenul scris.

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE: FOTBAL						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Univ. Dr. LUCIAN POPESCU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Asistent Univ. Drd. NUCU ANTOHI						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	1	2.6 Tip de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					17
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități: participare la studii și cercetări					-
3.7 Total ore studiu individual					47
3.8 Total ore pe semestru					75
3.9 Număr de credite					3

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Teren sintetic, mingi, pieptărașe, jaloane.



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale jocului de fotbal cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor / obiectivelor specifice educației fizice și atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic.
Competențe transversale	CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru elevii de diferite vârste și niveluri de pregătire, în condiții de asistență calificată cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților curriculare și extracurriculare.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Cunoașterea curriculei de învățământ și încadrarea corespunzătoare a metodologiei specifice jocului de fotbal în documentele metodico-didactice, pe cicluri școlare (primar, gimnazial, liceal).
7.2. Obiectivele specifice	Obiective specifice vizând competențele concretizate în cunoștințe, deprinderi și/sau competențe generale: a. <i>competențe cognitive (cunoștințe)</i> <ul style="list-style-type: none">Învățarea elementelor și a procedeele tehnice de bază și a unor acțiuni și combinații tehnico-tactice simple utilizabile în jocul de fotbal;Formarea abilităților practice și metodice de specialitate, referitoare la predarea fotbalului în școală. b. <i>competențe funcționale (deprinderi sau capacități de utilizare a cunoștințelor într-o situație de muncă dată)</i> <ul style="list-style-type: none">Dezvoltarea capacității absolventului de a pune în practică cunoștințele dobândite. c. <i>competențe personale</i> <ul style="list-style-type: none">Interacțiunea dintre profesor și elev. d. <i>competențe generale</i> <ul style="list-style-type: none">Dezvoltarea abilităților personale și valorizarea anumitor caracteristici profesionale în adoptarea celor mai adecvate atitudini și comportamente.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Scurt istoric privind originea, evoluția și dezvoltarea jocului de fotbal pe plan mondial și național.	prelegere interactivă	2 ore
2.	Fundamentarea teoretică a jocului de fotbal. Tehnica în jocul de fotbal – elemente și procedee tehnice. Descrierea lor.	prelegere interactivă	2 ore
3.	Fundamentarea teoretică a jocului de fotbal. Tactica în jocul de fotbal – caracteristici, clasificare, conținut.	prelegere interactivă	2 ore
4.	Locul și importanța jocului de fotbal în sistemul de educație fizică școlară.	prelegere interactivă	2 ore
5.	Particularitățile predării jocului de fotbal în sistemul de învățământ. Fotbalul în ciclul primar și ciclul gimnazial.	prelegere interactivă	2 ore



6.	Particularitățile predării jocului de fotbal în sistemul de învățământ. Fotbalul în ciclul liceal.	prelegere interactivă	2 ore
7.	Organizarea și conținutul instruirii echipelor reprezentative școlare (gimnaziu și liceu).	prelegere interactivă	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Angelescu, M., Cristea, O.D. (coordonatori), *Istoria Fotbalului Românesc*, vol. I (1903-1944), Federația Română de Fotbal, 2009.
- Badiu, T., Ciorbă, C., Badiu, G., *Educația fizică a copiilor și școlărilor*, Editura "Garuda Art", Chișinău, 2004.
- Comăniță, Petre, Marinov, Lucian, *Fotbal la copii și juniori*, Editura Nautica, Constanța, 2003.
- Constantinescu, Dan, *Fotbal*, Editura Universității "Al. I. Cuza" Iași, 1995.
- Constantinescu, Dan, *Fotbal, Tehnica și tactica jocului: curs de bază*, Editura Universității "Al. I. Cuza" Iași, 1995
- Demian, I., Marius, *Curs de fotbal*, Arad, 1998.
- Dragomir, Petrică, Scarlat, Eugeniu, *Educație fizică școlară. Repere noi – mutații necesare*, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București, 2004.
- Ion, V. Ionescu, *Curs de fotbal. Tehnica jocului*, Tipografia Universității din Timișoara, 1993.
- Ion, V. Ionescu, *Curs de fotbal. Tactica jocului*, Tipografia Universității din Timișoara, 1993.
- Miu, Ștefan, Velea, Florin, *Fotbal*, Editura Fundației "România de Mâine", București, 2002.

Referințe suplimentare:

- Ministerul Educației Naționale, Serviciul Național de Evaluare și Examinare, *Sistemul național școlar de evaluare la disciplina educație fizică și sport*, București, 1999.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Învățământul primar - noțiuni elementare din școala mersului și alergării.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
2.	Învățământul primar - dezvoltarea simțului mingii static și dinamic.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
3.	Învățământul primar - jocuri de mișcare specifice fotbalului.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
4.	Învățământul primar - inițierea și învățarea elementelor tehnice de bază: pasa, preluarea mingii, conducerea mingii.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
5.	Învățământul gimnazial - școala alergării și săriturilor specifice jocului de fotbal.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
6.	Învățământul gimnazial - învățarea elementelor tehnice de bază: lovirea mingii cu piciorul și capul, preluarea mingii, conducerea mingii, mișcările înșelătoare, deposedarea.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
7.	Învățământul gimnazial - învățarea unor elemente din tactica individuală și colectivă pentru atac și apărare: marcaj – demarcaj; un-doi-urile, depășirile individuale și schimburile de locuri.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
8.	Învățământul gimnazial - consolidarea elementelor tehnico-tactice: lovirea mingii cu piciorul și capul, preluarea mingii, conducerea mingii, mișcările înșelătoare, deposedarea.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră



9.	Învățământul gimnazial - consolidarea unor elemente de tactică individuală și colectivă: marcaj – demarcaj; undoi-urile, depășirile individuale și schimburile de locuri.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
10.	Învățământul liceal - consolidarea și perfecționarea elementelor tactice: pasa, preluarea mingii, lovirea mingii cu capul, conducerea mingii, mișcările înșelătoare, deposedarea, aruncarea de la margine.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
11.	Învățământul liceal – consolidarea unor acțiuni de joc, specifice jocului de apărare și atac: marcaj, dublaj, recuperarea mingii, demarcare, depășirea individuală, combinația tactică între 2-3 jucători, șutul la poartă.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
12.	Învățământul liceal – perfecționarea elementelor tehnico-tactice: pasa, preluarea mingii, lovirea mingii cu capul, conducerea mingii, mișcările înșelătoare, deposedarea, aruncarea de la margine.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
13.	Învățământul liceal – perfecționarea unor acțiuni de joc specifice jocului de apărare și atac: marcaj, dublaj, recuperarea mingii, demarcare, depășirea individuală, combinația tactică între 2-3 jucători, șutul la poartă.	explicația, demonstrația, exersarea	1 oră
14.	Învățământul liceal – perfecționarea jocului bilateral, arbitraj, regulament, noțiuni de fair-play.	evaluare	1 oră

Bibliografie:

- Badiu, T., Ciorbă, C., Badiu, G., *Educația fizică a copiilor și școlărilor*, Editura "Garuda Art", Chișinău, 2004.
- Comăniță, Petre, Marinov, Lucian, *Fotbal la copii și juniori*, Editura Nautica, Constanța, 2003.
- Constantinescu, Dan, *Fotbal, Tehnica și tactica jocului: curs de bază*, Editura Universității "Al. I. Cuza" Iași, 1995.
- Demian, I., Marius, *Curs de fotbal*, Arad, 1998.
- Dragomir, Petrică, Scarlat, Eugeniu, *Educație fizică școlară. Repere noi – mutații necesare*, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București, 2004.
- Ion, V. Ionescu, *Curs de fotbal. Tehnica jocului*, Tipografia Universității din Timișoara, 1993.
- Ion, V. Ionescu, *Curs de fotbal. Tactica jocului*, Tipografia Universității din Timișoara, 1993.
- Miu, Ștefan, Velea, Florin, *Fotbal*, Editura Fundației "România de Mâine", București, 2002.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Prin tematica abordată, conținutul disciplinei este astfel organizat încât să atingă nevoile pieții muncii, ale reprezentanților comunității din segmentele vizate de programul în sine.
- Parcurgerea disciplinei oferă posibilitatea achiziționării unor cunoștințe și competențe practice și teoretice, în acord cu cerințele domeniului și a standardelor profesionale.
- Disciplina, prin cursurile și lucrările practice, oferă viitorului absolvent cunoștințe cu ajutorul cărora va reuși să proiecteze și să programeze eficient lecțiile de educație fizică cu teme din fotbal.

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Înșușirea și aprofundarea cunoștințelor teoretice specifice disciplinei	Evaluare scrisă	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Activitate la lucrările practice (demonstrarea unor elemente tehnice și prezentarea unei teme cu conținut specific).	Evaluare practică	50%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de lucrări practice).• Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluarea practică, să reprezinte o notă de promovare (minim 5).			

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE - VOLEI						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Univ. Dr. Bogdan-Constantin UNGUREAN						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Univ. Dr. Bogdan-Constantin UNGUREAN						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	1	2.6 Tip de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					7
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					10
Examinări					4
Alte activități: participare la studii și cercetări					6
3.7 Total ore studiu individual					47
3.8 Total ore pe semestru					75
3.9 Număr de credite					3

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector.
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de sport, mingi, jaloane, bănci de gimnastică, mingi medicinale etc.



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Kinetoterapie și motricitate specială) .
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Implementarea unui sistem de cunoștințe teoretice și aplicative din volei cu scopul de a fi utilizate ulterior în activitatea profesională a studenților.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Acumularea unor cunoștințe teoretice și practice specifice domeniului.Capacitate de a organiza și desfășura activități sportive.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Scurt istoric. Caracteristicile jocului de volei.	Expunere, prezentare PPT	2 ore
2.	Tehnica jocului de volei.	Expunere, prezentare PPT	2 ore
3.	Școala mingii. Pasa cu două mâini de sus înainte.	Expunere, prezentare PPT	2 ore
4.	Pasa cu două mâini de sus peste cap. Pasa cu două mâini de jos.	Expunere, prezentare PPT	2 ore
5.	Serviciul de jos din față. Lovitura de atac.	Expunere, prezentare PPT	2 ore
6.	Elemente și procedee tehnice specifice jocului în apărare. Blocajul.	Expunere, prezentare PPT	2 ore
7.	Volei. Joc adaptat.	Expunere, prezentare PPT	2 ore

**Bibliografie:****Referințe principale:**

- Stroie , St. – Volei. Curs de bază, INEFS, București, 1987.
- XXX – Programa școlară, 1999.
- XXX – Regulamentul jocului de volei
- Braharu, O., Știrbu, C. – Volei pentru toți, Ed. Venus, Iași, 2002

Referințe suplimentare:

- Iacob, I., Braharu, O. , Știrbu, C. – Caiet de lucrări practice – Volei, Ed. Universității ‘Al.I.Cuza’ Iași, 1997.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Prezentarea cerințelor pentru lucrările practice. Prezentarea terenului, instalațiilor și a materialelor de lucru. Școala mingii. Poziția fundamentală.	Explicația, demonstrația	2 ore
2.	Pasa cu două mâini de sus înainte (inițiere). Organizarea celor trei lovituri. Joc 3X3.	Explicația, demonstrația	2 ore
3.	Pasa cu două mâini de sus înainte (învățare). Serviciul de jos din față (inițiere). Lovirea mingii cu două mâini de jos (inițiere). Joc 6X6	Explicația, demonstrația	2 ore
4.	Pasa cu două mâini de sus înainte(consolidare). Serviciul de jos din față (învățare). Lovirea mingii cu două mâini de jos (învățare). Joc 6X6.	Explicația, demonstrația	2 ore
5.	Pasa cu două mâini de sus înainte(consolidare). Serviciul de jos din față(consolidare). Lovirea mingii cu două mâini de jos(consolidare). Blocaj individual (inițiere). Joc 6X6.	Explicația, demonstrația	2 ore
6.	Pasa cu două mâini de sus înainte (consolidare). Serviciul de jos din față (consolidare). Lovirea mingii cu două mâini de jos (consolidare). Blocaj individual (învățare). Atac împins (inițiere). Joc 6X6.	Explicația, demonstrația	2 ore
7.	Probe de control.	Verificare practică	2 ore

Bibliografie:

- Iacob, I., Braharu, O. , Știrbu, C. – Caiet de lucrări practice – Volei, Ed. Universității ‘Al.I.Cuza’ Iași, 1997.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Disciplina urmărește pregătirea specifică a viitorilor kinetoterapeuți în activități de acest gen.

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Verificarea noțiunilor teoretice prezentate	Test scris	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Verificarea nivelului de însușire a procedurilor tehnice învățate.	Verificare practică	50%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Minimum nota 5 (cinci) la verificarea practică și la testarea scrisă.			



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclu de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	ANATOMIE						
2.2 Titularul activităților de curs	Profesor Univ. Dr. Paula DROSESCU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Univ. Dr. Alexandru OPREAN						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	1	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					30
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					16
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					3
Examinări					5
Alte activități: participare la studii și cercetări					-
3.7 Total ore studiu individual					79
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Cabinetul de Anatomie – dotare: mulaje osoase, musculare, schelet uman, videoproiector și ecran, atlase, planșe.
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Cabinetul de Anatomie – dotare: mulaje osoase, musculare, schelet uman, videoproiector și ecran, atlase, planșe.



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea principiilor și mecanismelor care guvernează structurile biologice și psihice ale organismului, a mediului de instruire și învățare, în activitățile fizice de recreere și întreținere corporală, practicate în mod liber sau independent. C3. Evaluarea clinică funcțională și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. C4. Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. CT2. Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Crearea bazei de cunoștințe legate de Anatomia omului și armonizarea acesteia în cadrul informațiilor deja acumulate de către studenți.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Realizarea unei baze teoretice atât pentru noțiunile care vor fi predate la Kinesiologie, cât și pentru cele predate la celelalte discipline cu caracter medical.Clarificarea noțiunilor de Anatomie generală acumulate în timpul liceului.Cunoașterea principalelor elementelor care alcătuiesc organismul.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Obiectul anatomiei descriptive și funcționale: definiție, conținut, legături cu alte discipline, scurt istoric. Prezentarea terminologiei medicale care se folosește în cadrul disciplinei.	<ul style="list-style-type: none">discuții și întrebăriurmărirea unui material filmatprezentarea power pointprezentarea imaginilor din atlase și planșeexemplificări prin exerciții	2 ore
2.	Embriogeneza aparatului locomotor: osteogeneza, miogeneza, artrogeneza. Procesele de creștere și dezvoltare. Osul: formă, structură, procese biofizice, unitatea metabolică a țesutului osos, reglarea proceselor de osificare osoasă, efectele forțelor mecanice asupra structurii osului.	Idem	2 ore
3.	Articulațiile: definiții, tipuri de articulații, exemple. Caracteristicile morfo-funcționale ale mușchiului striat: formă, structură internă, vascularizație, inervație, proprietățile mușchiului, mecanisme de contracție musculară, oboseală musculară, anexele mușchiului.	Idem	2 ore
4.	Anatomia descriptivă a aparatului cardiovascular: inima, marea și mica circulație.	Idem	2 ore



5.	Anatomia descriptivă a aparatului respirator: structura plămânilor, pleura.	Idem	2 ore
6.	Anatomia descriptivă a aparatului digestiv și a anexelor sale.	Idem	2 ore
7.	Anatomia aparatului urogenital.	Idem	2 ore
8.	Măduva spinării: elementele anatomice constitutive, funcțiile acesteia.	Idem	2 ore
9.	Trunchiul cerebral.	Idem	2 ore
10.	Scoarța cerebrală: noțiuni de anatomie.	Idem	2 ore
11.	Nervii cranieni: noțiuni anatomo-funcționale.	Idem	2 ore
12.	Sistemul nervos periferic.	Idem	2 ore
13.	Anatomia glandelor cu secreție internă	Idem	2 ore
14.	Analizatorii organismului	Idem	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Drosescu Paula, *Anatomia aparatului locomotor*, Editura Pim, Iași, 2004.
- Drosescu Paula, *Biomecanica*, Editura Tehnopress, Iași, 2005.
- Papilian Victor, *Anatomia omului*, București, Editura All 1992.
- <http://www.medicinasportiva.ro/dr.drosescu/cursuri.html>

Referințe suplimentare:

- Baciú Clement, *Anatomia funcțională și biomecanica*, București, Editura Sport-Turism, 1977.
- Ifrim Mircea, Niculescu Ghe., *Compendiu de anatomie*, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1988.
- Ranga Viorel, *Tratat de anatomie a omului*, București, Editura Medicală, 1993.
- Voiculescu I.C., Petricu I.C., *Anatomia și fiziologia omului*, București, Editura Medicală, 1964.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1-14	Conținutul cursului se reia în cadrul orelor de seminar și se respectă ordinea în care se dezvoltă subiectele la curs.	- discuții și întrebări - urmărirea unui material filmat - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - exemplificări prin exerciții	28 ore

Bibliografie:

1. Drosescu Paula, *Anatomia aparatului locomotor*, Editura Pim, Iași, 2004.
2. Drosescu Paula, *Biomecanica*, Editura Tehnopress, Iași, 2005.
3. Papilian Victor, *Anatomia omului*, București, Editura All, 1992.
4. <http://www.medicinasportiva.ro/dr.drosescu/cursuri.html>
5. Baciú Clement, *Anatomia funcțională și biomecanica*, București, Editura Sport-Turism, 1977.
6. Ifrim Mircea, Niculescu Ghe., *Compendiu de anatomie*, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1988.
7. Ranga Viorel, *Tratat de anatomie a omului*, București, Editura Medicală, 1993.
8. Voiculescu I.C., Petricu I.C., *Anatomia și fiziologia omului*, București, Editura Medicală, 1964.

**9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului**

- Informațiile pe care studenții le primesc la curs stau la baza unora dintre disciplinele care vor fi prezentate în anii de studiu – în ciclul primar, cât și în cel de master.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	<ul style="list-style-type: none">- răspunsuri corecte la întrebările de sinteză.- exemplificarea noțiunilor învățate pe mulaj și schelet.	<ul style="list-style-type: none">- Test grilă	75%
10.5 Seminar/ Laborator	<ul style="list-style-type: none">- explicarea și identificarea noțiunilor prezentate în planșe, mulaje, schelet.- exemplificarea noțiunilor însușite prin alcătuirea unor programe kinetice de recuperare și refacere.	<ul style="list-style-type: none">- Interacțiunea din cadrul orelor	20%
		<ul style="list-style-type: none">- Răspunsurile corecte la întrebările „fulger”	5%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Recunoașterea segmentelor corpului.• Cunoașterea principalelor grupe musculare ale corpului.• Identificare principalelor structuri anatomice din care sunt formate aparatele și sistemele.			



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclu de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	FIZIOLOGIE						
2.2 Titularul activităților de curs	Conferențiar Univ. Dr. Bogdan-Alexandru HAGIU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conferențiar Univ. Dr. Bogdan-Alexandru HAGIU						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	1	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					4
Alte activități: participare la studii și cercetări					10
3.7 Total ore studiu individual					69
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea principiilor și mecanismelor care guvernează structurile biologice și psihice ale organismului, a mediului de instruire și învățare, în activitățile fizice de recreere și întreținere corporală, practicate în mod liber sau independent.
Competențe transversale	CT1. Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Informarea studenților asupra fiziologiei mediului intern, sângelui, aparatelor cardiovascular și respirator, metabolismului, digestiei, excreției, sistemelor nervos și muscular, analizatorilor, glandelor endocrine.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Prezentarea influenței efortului fizic asupra activității cardiovasculare, respirației, excreției, secrețiilor endocrine și morfofiziologiei mușchilor striați.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Compoziția și structura funcțională a organismului.	prelegerea interactivă	2 ore
2.	Fiziologia sângelui.	prelegerea interactivă	2 ore
3.	Fiziologia cordului.	prelegerea interactivă	2 ore
4.	Fiziologia sistemului vascular.	prelegerea interactivă	2 ore
5.	Fiziologia respirației.	prelegerea interactivă	2 ore
6.	Fiziologia digestiei.	prelegerea interactivă	2 ore
7.	Fiziologia metabolismului.	prelegerea interactivă	2 ore
8.	Termoreglarea.	prelegerea interactivă	2 ore
9.	Fiziologia excreției.	prelegerea interactivă	2 ore
10.	Fiziologia sistemului endocrin.	prelegerea interactivă	2 ore
11.	Fiziologia mușchilor striați.	prelegerea interactivă	2 ore
12.	Fiziologia mușchilor netezi.	prelegerea interactivă	2 ore
13.	Funcția motorie a sistemului nervos.	prelegerea interactivă	2 ore



14.	Fiziologia analizatorilor.	prelegerea interactivă	2 ore
Bibliografie:			
Referințe principale:			
<ul style="list-style-type: none">Hagiu B.A. Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Iasi: Editura „Al. I. Cuza” ; 2014.			
Referințe suplimentare:			
<ul style="list-style-type: none">Hagiu B.A., 2009, Fiziologie generală, curs, Editura “Al. I. Cuza”, Iasi.Hagiu B.A., 2006, Fiziologie-metabolism și motricitate, Ed. Pim, Iași.Hagiu B.A., 2012, Motricitatea - o abordare fiziofarmacologica, Ed. Pim, Iasi.Hăulică Ion, Fiziologie, 2007, Ed Medicală, București.			
8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Repartiția apei în organism și metabolismul celular.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
2.	Plasma sangvină și elementele figurate; influența efortului fizic.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
3.	Debitul cardiac și presiunea arterială.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
4.	Factori care condiționează circulația sângelui.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
5.	Adaptarea cardiovasculară la efort.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
6.	Volume și debite respiratorii; influența efortului fizic.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
7.	Absorbția alimentelor și rația alimentară.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
8.	Necesitățile energetice ale organismului; influența efortului fizic.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
9.	Mecanismele termoreglării.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
10.	Adaptarea excreției la efort.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
11.	Influența efortului fizic asupra secrețiilor endocrine.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
12.	Morfofiziologia mușchilor striți.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
13.	Influența efortului fizic asupra sistemului nervos central.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
14.	Analizatorii vestibular și kinestezic.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore

**Bibliografie:**

- Hagiu B.A. Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Iasi: Editura „Al. I. Cuza” ; 2014.
- Hagiu B.A., 2009, Fiziologie generală, curs, Editura “Al. I. Cuza”, Iasi..
- Hagiu B.A. Motricitatea - o abordare fiziofarmacologica, Ed. Pim, Iasi, 2012.
- Hăulică Ion, Fiziologie, 2007, Ed Medicală, București.
- Apostol I. Ergofiziologie, Universitatea Al I Cuza, Iasi, 1998.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Temele de curs și seminar propuse reprezintă subiecte de actualitate în fiziologia și ergofiziologia activităților fizice, datele fiind preluate din literatura de specialitate actuală și ulterior corelate într-o manieră atractivă pentru student. Astfel, sunt acoperite conceptele majore relevante privind fiziologia efortului fizic și adaptarea organismului la efort, cu accent pe fiziologia aparatelor cardiovascular și respirator, precum și a sistemelor nervos și muscular.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate	Evaluare scrisă	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare	Notare curentă	25%
	Intervenții la discuții	Notare curentă	25%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).• Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).			

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	PSIHOMOTRICITATE						
2.2 Titularul activităților de curs	Conferențiar Univ. Dr. Beatrice ABĂLAȘEI						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conferențiar Univ. Dr. Beatrice ABĂLAȘEI						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestrul	1	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					9
Tutoriat					5
Examinări					4
Alte activități: participare la studii și cercetări					11
3.7 Total ore studiu individual					69
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 50 locuri, calculator și videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de seminar cu minim 50 locuri, calculator și videoproiector



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. C3. Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică.
Competențe transversale	CT1. Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Însușirea elementelor teoretice ale psihomotricității. Dezvoltarea aptitudinilor de comunicare utilizând terminologia specifică kinetoterapiei și motricității speciale. Dezvoltarea capacității de adaptare a programului kinetoterapeutic la nevoile pacienților.
7.2. Obiectivele specifice	<p>OBIECTIVE SPECIFICE VIZÂND COMPETENȚELE CONCRETIZATE ÎN CUNOȘTINȚE, DEPRINDERI ȘI/SAU COMPETENȚE GENERALE</p> <p><u>competențe cognitive (cunoștințe)</u></p> <ul style="list-style-type: none">Învățarea noțiunilor specifice psihomotricității.Formarea abilităților practice și metodice de specialitate, referitoare la adaptarea programului kinetoterapeutic în funcție de diagnosticul pacientului și caracteristicile sale psihomotrice. <p><u>competențe funcționale (deprinderi sau capacități de utilizare a cunoștințelor într-o situație de muncă dată)</u></p> <ul style="list-style-type: none">Dezvoltarea capacității absolventului de a pune în practică în mod <u>autonom</u> cunoștințele dobândite în situații particularizate. <p><u>competențe personale</u></p> <ul style="list-style-type: none">Posibilitatea elaborării de soluții prin analiza unor cazuri speciale.Interacțiunea dintre kinetoterapeut și pacient. <p><u>competențe generale</u></p> <ul style="list-style-type: none">Dezvoltarea abilităților personale și valorizarea anumitor caracteristici profesionale în adoptarea celor mai adecvate atitudini și comportamente.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1	Cunoașterea și definirea psihomotricității.	Prelegere interactivă	2 ore
2	Funcțiile motrice: actul motric voluntar și mișcările automate.	Prelegere interactivă	2 ore
3	Cunoașterea etapelor din dezvoltarea psihomotorie.	Prelegere interactivă	2 ore
4	Cunoașterea componentelor psihomotricității: <ul style="list-style-type: none">Coordonarea dinamică generală,Echilibrul static și dinamic,Coordonarea oculo-motorie.	Prelegere interactivă	2 ore
5	Cunoașterea componentelor psihomotricității: <ul style="list-style-type: none">Tonusul muscular,Senzațiile proprioceptive.	Prelegere interactivă	2 ore



6	Cunoașterea componentelor psihomotricității: <ul style="list-style-type: none">• Schema corporală,• Lateralitatea,• Orientarea spațio-temporală.	Prelegere interactivă	2 ore
7	Tulburările psihomotrice și contribuția activităților motrice în atenuarea lor.	Prelegere interactivă	2 ore
8	Planificarea activității de educare și reeducare psihomotrică.	Prelegere interactivă	2 ore
8	Evaluarea capacității psihomotrice.	Prelegere interactivă	2 ore
10	Rolul jocului în procesul de educare psihomotorie.	Prelegere interactivă	2 ore
11	Educarea/reeducarea conduitelor motrice.	Prelegere interactivă	2 ore
12	Educarea/reeducarea conduitelor neuromotrice.	Prelegere interactivă	2 ore
13	Educarea/reeducarea conduitelor perceptiv-motrice.	Prelegere interactivă	2 ore
14	Curs recapitulativ.	Prelegere interactivă	2 ore

Bibliografie:**Referințe pricipale:**

- Abalășei, B. (2011). Psihomotricitate și reeducare psihomotrică, Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași
- Albu, A., Albu, C., (1999). *Psihomotricitatea - la vârsta de creștere și dezvoltare*, Ed. Spiru Haret, Iași.
- Albu, C., și colab. (2006). *Psihomotricitatea*, Ed. Institutul European, Iași.
- Balan B., (1998). *Ațitudinile și importanța lor în activitatea școlară*, în *Psihologie școlară*, coord.. Cosmovici A., Iacob., L., Ed. Polirom, Iași

Referințe suplimentare:

- Moțet, D. (2001) - *Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii*, Ed. Fundației Humanitas, București.
- Oberlander, J., R., (2001) - *Ghid practic pentru creșterea copilului până la 5 ani*, Ed. Niculescu, București.
- Ochiană, G., (2006) - *Ludoterapia în recuperarea disabilităților psiho-neuro-motorii ale copiilor*, Ed. Performantica, Iași.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1	Rolul senzațiilor și percepțiilor în creșterea și dezvoltarea copilului.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
2	Reprezentările - de la teorie la practică.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
3	Creșterea și dezvoltarea copilului-delimitări conceptuale.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
4	Componentele motrice și rolul lor în evoluția ontogenetică a persoanei.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
5	Relația dintre componentele neuromotrice și componentele motrice.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
6	Componentele perceptiv motrice și rolul lor în viața socială a individului.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore



7	Relația dintre componentele perceptiv motrice și performanță.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
8	Procesul de educare și procesul de reeducare psihomotrică-diferențe și similitudini.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
9	Realizarea de structuri de exerciții pentru: educarea lateralității, echilibrului dinamic, orientării spațio-temporale.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
10	Program de educare a schemei corporale.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
11	Program de exerciții pentru conștientizarea spațiului cu accent pe suprafețe, direcții și traiectorii.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
12	Program de exerciții pentru conștientizarea relațiilor cu ceilalți.	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
13	Rolul terapeutic al desenului (linii, culori, forme).	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore
14	Programe de reeducare psihomotrică a copilului (pentru tulburările psihomotrice).	Prezentarea referatelor și discuții tematice	2 ore

Bibliografie:

- Epuran, M., Stănescu Monica (2010). Învățarea motrică, aplicații în activitățile corporale, Editura Discobolul, București
- Grosu, Emilia, Florina; și colab. (2010). Locul și rolul fitness-ului în știința sportului, Editura GMI, Cluj Napoca
- Grosu, Emilia, Florina; (2009). Psihomotricitate, Editura GMI, Cluj–Napoca
- Golu, P., Verza, E., Zlate, M.,(1993). *Psihologia copilului*, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A, București.
- Logsdon, B., J., (1992). *Educational Gymnastics*, Human Kinetics Publishers, Inc., Champaign, Illinois.
- Robănescu, N. (1992). *Reeducarea neuro-motorie*, Ed. Medicală, București.
- Sion, G., (2007). *Psihologia vârștelor*, Editura Fundației *România de Măine*, București.
- Smith, E și colab (2005). *Introducere în psihologie*, ed. a XIV-a, Ed Tehnică S.A., București

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Kinetoterapiei, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. În același sens, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante prin transdisciplinaritate și acumularea cunoștințelor necesare coordonării, orientării activităților ce influențează procesul de creștere și dezvoltare psihomotorie. Mai mult, cunoașterea componentelor psihomotrice și abordarea lor în programele kinetoterapeutice, duc la creșterea succesului recuperării pacienților.

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice psihomotricității	Evaluare scrisă	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific kinetoterapiei	Notare curentă	50%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).• Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).			



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	ISTORIA UNIVERSALĂ A CULTURII FIZICE						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Univ. Dr. LUCIAN POPESCU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Univ. Dr. LUCIAN POPESCU						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	1	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități: participare la studii și cercetări					-
3.7 Total ore studiu individual					44
3.8 Total ore pe semestru					100
3.9 Număr de credite					4

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară (Kinetoterapie și Motricitate Specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor / obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic. C3. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice domeniului, pe grupe de vârstă.
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice domeniului.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Prezentarea culturii fizice ca o componentă esențială în angrenajul culturii generale în acord cu principalele coordonate ale cunoașterii: filosofia, pedagogia, biologia, literatura.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Încadrarea culturii fizice în ansamblul valorilor materiale și spirituale reprezentate prin instituțiile, școlile și sistemele de educație fizică cunoscute de-a lungul istoriei culturii omenești cu rol determinant în dezvoltarea fizică și spirituală a ființei omenești.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Definițiile obiectului de studiu; metodele de cercetare utilizate; periodizarea istoriei universale a omenirii.	prelegerea interactivă	2 ore
2.	Izvoarele istoriei universale a culturii fizice.	prelegerea interactivă	2 ore
3.	Cultura fizică în Comuna Primitivă.	prelegerea interactivă	2 ore
4.	Cultura fizică la diferite populații aparținând zonelor geografice vechi: America, Africa, Asia, Oceania.	prelegerea interactivă	2 ore
5.	Cultura fizică în Antichitate: India, Egipt, Persia, China, Japonia.	prelegerea interactivă	2 ore
6.	Cultura fizică în Grecia Antică.	prelegerea interactivă	2 ore
7.	Cultura fizică în Roma Antică.	prelegerea interactivă	2 ore
8.	Cultura fizică în perioada Evului Mediu.	prelegerea interactivă	2 ore
9.	Cultura fizică în viziunea <i>cărturarilor</i> din perioada Renașterii.	prelegerea interactivă	2 ore
10.	Creatorii de sisteme pedagogice – rolul culturii fizice în formarea ființei umane.	prelegerea interactivă	2 ore



11.	Importanța sistemelor pedagogice de educație fizică în propagarea culturii fizice.	prelegerea interactivă	2 ore
12.	Propagarea culturii fizice prin <i>Școala filantropistă</i> .	prelegerea interactivă	2 ore
13.	Sisteme auxiliare de educație corporală.	prelegerea interactivă	2 ore
14.	Cultura fizică în România – aspecte generale.	prelegerea interactivă	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Cercel, Paul, Popescu, Lucian, *Istoria educației fizice și sportului*, Editura Fundației Chemarea, Iași, 1998.
- Dumitrescu, T., Gheorghe, *Educație fizică în evoluția gândirii pedagogice*, Editura Consiliului Național pentru Educație Fizică și Sport, București, 1969.
- Kirițescu, Constantin, *Palaestrica*, Editura Casa Școalelor, București, 1943.
- Postolache, Nicolae, *Istoria universală a kinetoterapiei*, Editura Fundației România de Măine, București, 2007.

Referințe suplimentare:

- Ceaușescu, N. Nicolae, *Istoria pedagogiei educației fizice*, Editura Lumina Lex, București, 2002.
- Kirițescu, Constantin, *Palestrica*, Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport, București, 1964.
- Marrou, Irene, Henri, *Istoria educației în antichitate*, vol. I, Editura Meridiane, București, 1997.
- Windelbrand, W., *Istoria filosofiei grecești*, Editura Moldova, Iași, 1995.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Aprofundarea cunoștințelor privind apariția și evoluția culturii fizice în Comuna Primitivă.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
2.	Aprofundarea cunoștințelor privind apariția și evoluția culturii fizice în Antichitate.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
3.	Rolul filosofiei în răspândirea culturii fizice în Antichitate: Platon și Aristotel.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
4.	Instituții care propagau cultura fizică în diferite perioade istorice: academiile și gimnaziile în Antichitate.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
5.	Aprofundarea cunoștințelor privind apariția și evoluția culturii fizice în Evul Mediu.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
6.	Instituții care propagau cultura fizică în diferite perioade istorice: școlile mănăstirești, școlile iezuiților și universitățile în Evul Mediu.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
7.	Pedagogii umaniști: Vittorino Da Feltré, Ludovic Vivés, Mercurialis, François Rabelais.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
8.	Pedagogii realiști: Komenski, John Locke.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
9.	Pedagogii iluminiști: Jean Jacques Rousseau.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
10.	Aprofundarea cunoștințelor privind apariția și evoluția culturii fizice în Perioada Modernă.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
11.	Principalii reprezentanți ai Școlii Filantropiste: Basedow, Salzmann, Guts-Muths, Vieth, Pestalozzi.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore



12.	Metode naturale utilizate în educația corporală: metoda franceză – Georges Herbert și metoda austriacă – Gaulhofer și Sireicher.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
13.	Rolul unor organizații în implementarea culturii fizice: Scoutismul, Young Men's Christian Association (YMCA), Socolismul.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore
14.	Aprofundarea cunoștințelor privind apariția și evoluția culturii fizice în Perioada Contemporană.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore

Bibliografie:

- Ceașescu, N. Nicolae, *Istoria pedagogiei educației fizice*, Editura Lumina Lex, București, 2002.
- Kirițescu, Constantin, *Palestrica*, Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport, București, 1964.
- Marrou, Irene, Henri, *Istoria educației în antichitate*, vol. I, Editura Meridiane, București, 1997.
- Windelbrand, W., *Istoria filosofiei grecești*, Editura Moldova, Iași, 1995.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Parcurgerea disciplinei oferă posibilitatea achiziționării unor cunoștințe și competențe teoretice, în acord cu cerințele domeniului și a standardelor profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate	Evaluare scrisă	60%
10.5 Seminar/ Laborator	Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare	Notare curentă	20%
	Intervenții la discuții	Notare curentă	20%

10.6 Standard minim de performanță

- Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).
- Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE: BASCHET						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Univ. Dr. Mihai-Radu IACOB						
2.3 Titularul activităților de seminar	Asistent Univ. Drd. Ionuț ONOSE						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					5
Examinări					4
Alte activități: participare la studii și cercetări					
3.7 Total ore studiu individual					47
3.8 Total ore pe semestru					75
3.9 Număr de credite					3

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală pentru jocuri sportive



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială).
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. CT2. Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Însușirea de către studenți a elementelor fundamentale de tehnică.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Însușirea terminologiei specifice jocului de baschet.Însușirea de cunoștințe, priceperi și deprinderi motrice și organizatorice.Cunoașterea regulamentelor competițiilor de baschet și a organizării lor.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Istoricul jocului de baschet în lume.	Prelegere interactivă	1 oră
2.	Istoricul jocului de baschet în România.	Prelegere interactivă	1 oră
3.	Regulamentul jocului de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
4.	Categoriile jocului de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
5.	Caracteristicile jocului de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
6.	Elemente tehnice fără minge folosite în jocul de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
7.	Elemente tehnice fără minge folosite în jocul de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
8.	Elemente tehnice fără minge folosite în jocul de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
9.	Elemente tehnice cu mingea folosite în jocul de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
10.	Elemente tehnice cu mingea folosite în jocul de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
11.	Elemente tehnice cu mingea folosite în jocul de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
12.	Jocuri pregătitoare pentru învățarea și perfecționarea jocului de baschet.	Prelegere interactivă	1 oră
13.	Baschetul sport adaptat.	Prelegere interactivă	1 oră



14.	Baschetul în școală.	Prelegere interactivă	1 oră
Bibliografie:			
Referințe principale:			
<ul style="list-style-type: none">• Predescu, T. (2000) „Baschet” – curs pentru studenți, Edit. Spicon, Tg. Jiu;• Predescu, T., Moanta A.,(2001) „ Baschetul in scoala, instruire - invatare”, Ed. Semne;• Zvezdin, V., Zabolică, M., Luca, Gh. (1993) “Baschetul în școală”, Ed. Lumina, Chișinău;• Ghitescu, I. G., Moanta A.D. (2008), “Bazele jocului de baschet”, Ed. Matrix Rom.			
Referințe suplimentare:			
<ul style="list-style-type: none">• Regulamentul oficial al jocului de baschet F.I.B.A., 2010			
8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Elemente de mișcare în teren: poziția fundamentală, oprirea într-un timp, oprirea în doi timpi, pivotul.	Explicație, demonstrație	1 oră
2.	Ținerea, prinderea și pasarea mingii cu două mâini de la piept, de pe loc și urmate de deplasare.	Explicație, demonstrație	1 oră
3.	Pasele din deplasare.	Explicație, demonstrație	1 oră
4.	Conducerea mingii (driblingul).	Explicație, demonstrație	1 oră
5.	Aruncarea la coș de pe loc.	Explicație, demonstrație	1 oră
6.	Aruncarea la coș din deplasare (precedată de dribling).	Explicație, demonstrație	1 oră
7.	Aruncarea la coș din alergare (precedată de pasă).	Explicație, demonstrație	1 oră
8.	Exerciții și jocuri cu folosirea paselor de pe loc și din deplasare.	Explicație, demonstrație	1 oră
9.	Schimbarea de direcție cu frânare pe un picior și deplasarea apărătorului.	Explicație, demonstrație	1 oră
10.	Marcajul și demarcajul.	Explicație, demonstrație	1 oră
11.	Pătrunderea și depășirea.	Explicație, demonstrație	1 oră
12.	Joc școală: 3x3, 2x2. 5x5.	Explicație, demonstrație	1 oră
13.	Exerciții pentru repetarea pătrunderii și depășirii, marcajului și demarcajului.	Explicație, demonstrație	1 oră
14.	Aruncarea la coș din săritură.	Explicație, demonstrație	1 oră
Bibliografie:			
<ul style="list-style-type: none">• Luca, Gh., Pavelescu, D., Iacob M.- R. (2005) „Baschet – Îndrumar practico-metodic”- Ediția III-a, Ed. Univ. ”Al. I. Cuza,, Iași.			

**9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului**

- Temele de curs și de lucrări practice propuse se bazează pe date de actualitate din literatura de specialitate. Disciplina oferă posibilitatea diversificării competențelor subiecților, favorizând astfel inserția mai facilă a absolvenților pe piața muncii în acest domeniu.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice disciplinei.	Evaluare scrisă	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Prezentarea succesiunii metodice de însusire a elementelor tehnice specifice.	Notare curentă	50%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Prezență la cursurile practice – 100%• Nota 5 la verificările practice.• Nota 5 la examenul teoretic.			

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	FUNDAMENTELE ȘTIINȚIFICE ALE JOCURILOR SPORTIVE: HANDBAL						
2.2 Titularul activităților de curs	Conferențiar Univ. Dr. Beatrice ABĂLAȘEI						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conferențiar Univ. Dr. Beatrice ABĂLAȘEI						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestrul	2	2.6 Tip de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					23
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					4
Examinări					4
Alte activități: participare la studii și cercetări					6
3.7 Total ore studiu individual					47
3.8 Total ore pe semestru					75
3.9 Număr de credite					3

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	NU ESTE CAZUL
4.2 De competențe	NU ESTE CAZUL

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 50 de locuri, calculator și videoproiector.
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de jocuri sportive, mingi de handbal, jaloane, tricouri colorate (două culori distincte pentru joc bilateral), bănci.



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale jocului de handbal cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială).
Competențe transversale	CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Înșușirea elementelor teoretice și metodologice ale handbalului în școală. Dezvoltarea capacității de analiză a problematicii de organizare a orei de handbal în școlile speciale. Dezvoltarea aptitudinilor de comunicare utilizând terminologia specifică jocului de handbal. Dezvoltarea capacității de adaptare a programului kinetoterapeutic la nevoile pacienților prin utilizarea mijloacelor specifice jocului de handbal.
7.2. Obiectivele specifice	<p>OBIECTIVE SPECIFICE VIZÂND COMPETENȚELE CONCRETIZATE ÎN CUNOȘTINȚE, DEPRINDERI ȘI/SAU COMPETENȚE GENERALE</p> <p><u>competențe cognitive (cunoștințe)</u></p> <ul style="list-style-type: none">Învățarea elementelor și a procedurilor tehnice de bază, aplicabilitatea lor în programele terapeutice și a unor strategii de organizare a jocului de handbal, utilizate în condiții speciale, cu sportivi cu abilități speciale;Formarea abilităților de aplicare a cunoștințelor practice și metodice de specialitate, referitoare la predarea handbalului în organizații de profil. <p><u>competențe funcționale (deprinderi sau capacități de utilizare a cunoștințelor într-o situație de muncă dată)</u></p> <ul style="list-style-type: none">Dezvoltarea capacității absolventului de pune în practică în mod <u>autonom</u> cunoștințele dobândite atunci când acționează într-un domeniu de activitate flexibil. <p><u>competențe personale</u></p> <ul style="list-style-type: none">Posibilitatea elaborării de soluții prin analiza unor cazuri speciale;Interacțiunea dintre kinetoterapeut și pacient. <p><u>competențe generale</u></p> <p>Dezvoltarea abilităților personale și valorizarea anumitor caracteristici profesionale în adoptarea celor mai adecvate atitudini și comportamente.</p>

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Regulamentul jocului de handbal și caracteristicile acestuia.	Prelegere interactivă	2 ore
2.	Jocul de handbal - aspecte generale.	Prelegere interactivă	2 ore
3.	Școala mingii.	Prelegere interactivă	2 ore



4.	Tehnica jocului de handbal și utilizarea ei în programele kinetoterapeutice.	Prelegere interactivă	2 ore
5.	Tactica jocului de handbal și rolul ei în organizarea colectivelor de elevi.	Prelegere interactivă	2 ore
6.	Accidentări specifice efortului din jocul de handbal.	Prelegere interactivă	2 ore
7.	Rolul jocului de handbal în creșterea și dezvoltarea copilului.	Prelegere interactivă	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Alexandru E., Acsinte A. (2000). *Handbal – de la inițiere la marea performanță*, Editura Media, Bacău
- Bíró, F., Roman, C., Dragoș, P. (2002). *Handbal - inițiere*, Editura Universității din Oradea
- Bota, M., Bota, I. (1990). *Handbal – 500 de exerciții pentru învățarea jocului*, Editura Sport-Turism, București
- Curelli, J.J., Landuré, P. (1996). *Le Handball - Les Règles, La Technique, La Tactique*, Éditions MILAN
- Popovici, I. (2006). *Handbal - curs de bază*, Editura Universității “Al. I. Cuza” Iași

Referințe suplimentare:

- Ghermănescu, K.I. (1983). *Teoria și metodică handbalului*, Ed. Didactică și pedagogică, București.
- Dragnea, A. (coord.). (2002) *Teoria educației fizice și sportului*, Ediția a II-a (revăzută), Editura FEST, București

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Ștafete și jocuri dinamice pentru învățarea jocului de handbal.	Explicația, demonstrația, exersarea, prelegerea, algoritmizarea, problematizarea, modelarea	2 ore
2.	Învățarea ținerii, prinderii și pasării mingii de pe loc și din deplasare, în diferite formații.	Explicația, demonstrația, exersarea, prelegerea, algoritmizarea, problematizarea, modelarea	2 ore
3.	Învățarea poziției fundamentale și a mișcării în teren a atacantului și a apărătorului.	Explicația, demonstrația, exersarea, prelegerea, algoritmizarea, problematizarea, modelarea	2 ore
4.	Învățarea aruncărilor la poartă cu sprijin pe sol (aruncarea la poartă cu elan de pas adăugat).	Explicația, demonstrația, exersarea, prelegerea, algoritmizarea, problematizarea, modelarea	2 ore
5.	Învățarea driblingului simplu și a celui multiplu.	Explicația, demonstrația, exersarea, prelegerea, algoritmizarea, problematizarea, modelarea	2 ore
6.	Repetarea poziției fundamentale a apărătorului. Repetarea poziției fundamentale în teren a atacantului.	Explicația, demonstrația, exersarea, prelegerea, algoritmizarea, problematizarea, modelarea	2 ore
7.	Învățarea sistemului de atac 5+1 și a sistemului de apărare 6: 0).	Explicația, demonstrația, exersarea, prelegerea, algoritmizarea, problematizarea, modelarea	2 ore

Bibliografie:

- Cercel, P. (1993). *Curs de handbal*, ediția a III-a, Editura Universității “Al. I. Cuza”, Iași
- Csüdor, G. (1986). *Handbal – instruirea echipelor școlare*, Editura Sport – Turism, București
- Dragnea, A. (1995). *Antrenamentul sportiv*, Editura Didactică și Pedagogică, București
- Dragnea, A., Bota, A. (1999). *Teoria activităților motrice*, Editura Didactică și Pedagogică, București

**9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului**

- Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Educației Fizice și Sportului, precum și al Kinetoterapiei, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. În același sens, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante prin transdisciplinaritate și acumularea cunoștințelor necesare coordonării, conceperii activităților kinetoterapeutice. Mai mult, prin intermediul disciplinei se acumulează informații care îmbunătățesc organizarea procesului centrat pe educare și reeducare, ori al celui de recuperare.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate	Evaluare scrisă	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Demonstrarea elementelor de tehnică individuală și a relației de colaborare între membrii grupului	Evaluare cumulativă	50%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).• Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările lactivitățile practice să reprezinte o notă de promovare (minim 5).			



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	TEORIA ȘI PRACTICA EXERCIȚIULUI FIZIC						
2.2 Titularul activităților de curs	Conferențiar Univ. Dr. Adrian COJOCARIU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conferențiar Univ. Dr. Adrian COJOCARIU						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei*	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					5
Examinări					4
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual					69
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală de curs cu 50 locuri, calculator și videoproiector



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. C4. Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice.

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general	Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea unor noțiuni și concepte de bază ale domeniului.
7.2 Obiectivele specifice	La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: <ul style="list-style-type: none">▪ explice noțiunile și conceptele de bază ale domeniului;▪ descrie categoriile principale, componentele unor activități specifice;▪ utilizeze noțiunile specifice disciplinei în cadrul limbajului terminologic;▪ aplice principiile și legile specifice domeniului în cadrul activităților practice;▪ analizeze influențele generale, îndeosebi cu caracter profilactic, ale practicării exercițiilor fizice asupra subiecților.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Teoria Educației Fizice și Sportului ca disciplină științifică.	prelegerea interactivă	2 ore
2.	Noțiunile (categoriile) principale ale TEFS: educația fizică, sportul, antrenamentul sportiv.	prelegerea interactivă	2 ore
3.	Noțiunile (categoriile) principale ale TEFS: dezvoltarea fizică, capacitatea motrică, mișcare, act motric, acțiune motrică, activitate motrică.	prelegerea interactivă	2 ore
4.	Componentele proceselor instructiv-educative de educație fizică și antrenament sportiv: <ul style="list-style-type: none">- calitățile motrice;- elementele de conținut ale celorlalte laturi ale educației.	prelegerea interactivă	2 ore
5.	Componentele proceselor instructiv-educative de educație fizică și antrenament sportiv: <ul style="list-style-type: none">- deprinderile și priceperile motrice;- cunoștințele de specialitate;- indicii morfo-funcționali ai organismului.	prelegerea interactivă	2 ore



6.	- Originea EFS. Evoluția fenomenului practicării exercițiilor fizice. - Esența EFS ca activități sociale. - Idealul EFS.	prelegerea interactivă	2 ore
7.	- Funcțiile EFS. - Obiectivele EFS.	prelegerea interactivă	2 ore
8.	Educația fizică și sportivă în contextul educației permanente. Statutul social al licențiatului în educație fizică și sport.	prelegerea interactivă	2 ore
9.	Sistemul mijloacelor în educație fizică și sport.	prelegerea interactivă	2 ore
10.	Exercițiul fizic – mijlocul principal.	prelegerea interactivă	2 ore
11.	Exercițiul fizic – mijlocul principal.	prelegerea interactivă	2 ore
12.	Sistemul de EFS din România.	prelegerea interactivă	2 ore
13.	Principalele forme de organizare a exercițiilor fizice: - activități gimnice; - jocul.	prelegerea interactivă	2 ore
14.	Principalele forme de organizare a exercițiilor fizice • activități sportive • activități turistice	prelegerea interactivă	2 ore

Bibliografie :**Referințe principale:**

- Albu, A., Albu, C. (1999) – *Psihomotricitate*, Ed. Spiru Haret, Iași.
- Cârstea, G. – *Teoria și metodică educației fizice și sportului*, Ed. Universul, București, 1993.
- Cojocariu, A. – *Fundamentele teoretice ale educației fizice și sportului*, Ed. PIM, Iași, 2010.
- Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S. – *Teoria sportului*, Ed. Fest, București, 2002.

Referințe suplimentare:

- Alexe, N. și colab. (1974) - *Terminologia educației fizice și sportului*, Ed. Stadion, București.
- Dragnea, A., Bota, A. (1999) – *Teoria activităților motrice*, Ed. Didactică și Pedagogică, București.
- Dragnea, A., Bota, A., Iancu, H., Stănescu, M., Șerbănoiu, M., Teodorescu, S., Tudor, V. (2002) – *Teoria educației fizice și sportului*, Ed. FEST, București.
- Manno, R. (1996) – *Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv* (Ed. Revue E.P.S., 1992), Centrul de cercetări pentru probleme de sport, SDP 371-374, București.
- Șiclovan, I. – *Teoria educației fizice și sportului*, Ed. Sport-Turism, București, 1979.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Teoria Educației Fizice și Sportului ca disciplină științifică.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
2.	Teoria Educației Fizice și Sportului ca disciplină științifică.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
3.	Noțiunile (categoriile) principale ale TEFS.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
4.	Noțiunile (categoriile) principale ale TEFS.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
5.	Calitățile motrice.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
6.	Calitățile motrice.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore



7.	Deprinderile și priceperile motrice.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
8.	Educația fizică și sportul ca fenomene sociale.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
9.	Educația fizică și sportul ca fenomene sociale.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
10.	Sistemul mijloacelor în educație fizică și sport.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
11.	Exercițiul fizic – mijloc de bază.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
12.	Exercițiul fizic – mijloc de bază.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
13.	Sistemul de EFS din România.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore
14.	Forme de practicare a exercițiilor fizice.	Explicația, problematizare, învățare prin cooperare	2 ore

Bibliografie:

- Cârstea, G. – *Teoria și metodică educației fizice și sportului*, Ed. Universul, București, 1993.
- Cojocariu, A. – *Fundamentele teoretice ale educației fizice și sportului*, Ed. PIM, Iași, 2010.
- Dragnea, A., Bota, A., Iancu, H., Stănescu, M., Șerbănoiu, M., Teodorescu, S., Tudor, V. (2002) – *Teoria educației fizice și sportului*, Ed. FEST, București.
- Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S. – *Teoria sportului*, Ed. Fest, București, 2002.
- Albu, A., Albu, C. (1999) – *Psihomotricitate*, Ed. Spiru Haret, Iași.
- Alexe, N. și colab. (1974) - *Terminologia educației fizice și sportului*, Ed. Stadion, București.
- Manno, R. (1996) – *Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv* (Ed. Revue E.P.S., 1992), Centrul de cercetări pentru probleme de sport, SDP 371-374, București.
- Șiclovan, I. – *Teoria educației fizice și sportului*, Ed. Sport-Turism, București, 1979.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Temele de curs și seminar propuse se bazează pe date de actualitate din literatura de specialitate. Disciplina contribuie în bună măsură la fundamentul general noțional al domeniului, pe care se vor cladi ulterior competențele subiecților, în vederea inserției absolvenților pe piața muncii.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice disciplinei	Evaluare orală	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice disciplinei	Notare curentă	50%
10.6 Standard minim de performanță			
Punctajul la evaluarea scrisă și la evaluările curente trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).			

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.5 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	GIMNASTICA DE BAZĂ						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Univ. Dr. Iulian DUMITRU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Univ. Dr. Iulian DUMITRU						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* *OB – Obligatoriu / OP – Opțional*

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					34
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutoriat					6
Examinări					4
Alte activități: participare la studii și cercetări					3
3.7 Total ore studiu individual					69
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 90 locuri, calculator și videoproiector.
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală de gimnastică.



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă. C2. Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport . C3. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic.
Competențe transversale	CT1. Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. CT2. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">• Însușirea unui design teoretic privind terminologia gimnasticii de bază, noțiunile fundamentale, rolul și locul sistemelor de acționare specifice în activitatea de educație fizică.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">• Însușirea practică și metodică a utilizării exercițiilor de front și formație;• Formarea unui bagaj de cunoștințe practico-metodice privind utilizarea exercițiilor de dezvoltare fizică armonioasă;• Utilizarea creativă a mijloacelor aplicativ-utilitare;• Dezvoltarea calităților psiho-motrice și psihice necesare în obținerea performanțelor sportive dar și în viața de zi cu zi.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Scopul, sarcinile și caracteristicile gimnasticii.	Prelegere, dezbatere	2 ore
2.	Mijloacele gimnasticii.	Prelegere, dezbatere	2 ore
3.	Ramurile gimnasticii.	Prelegere, dezbatere	2 ore
4.	Apariția și evoluția terminologiei gimnasticii.	Prelegere, dezbatere	2 ore
5.	Cerințe care stau la baza terminologiei.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz	2 ore
6.	Gimnastica de bază - considerații generale.	Prelegere, dezbatere	2 ore
7.	Exerciții de front și formații.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz	2 ore
8.	Exerciții de dezvoltare fizică armonioasă.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz, aplicații	2 ore
9.	Exerciții utilitar-aplicative.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz, aplicații	2 ore
10.	Tehnica și metodică învățării elementelor acrobatice statice: elemente cu caracter de mobilitate.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz, aplicații	2 ore



11.	Tehnica și metodică învățării elementelor acrobaticice statice: elemente cu caracter de echilibru și forță.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz, aplicații	2 ore
12.	Tehnica și metodică învățării elementelor acrobaticice dinamice: rulări, rostogoliri, răsturnări.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz, aplicații	2 ore
13.	Demonstrațiile de gimnastică.	Prelegere, dezbatere, studiu de caz, aplicații	2 ore
14.	Recapitulare.	Sinteze, aplicații, studii de caz	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Băiașu, N. *et al*, *Gimnastica*, Editura Sport-Turism, București, 1984.
- Burcă, I., *Gimnastica de bază*, Editura G.M.I., Cluj-Napoca, 2009.
- Dobrescu, T., *Gimnastica - baze teoretice și metodice. manual pentru studenții de la IFR*, Editura Pim, Iași, 2008.
- Durbăcea-Bolovan, M., *Gimnastica în școală*, Editura Universitaria, Craiova, 2006.
- Luca, A., *Gimnastica în școală*, Editura Universității "Al. I. Cuza", Iași, 1998.
- Stroescu, A., Podlaha, R., *Terminologia gimnasticii*, Editura Stadion, București, 1974.

Referințe suplimentare:

- Ionescu, A., *Despre atitudinea corectă a corpului*, Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport, București, 1961.
- Rus, C.M., *Pentru profesorul de educație fizică și sport. Gimnastica*, Editura Universității "Alexandru Ioan Cuza", Iași, 2005.

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Acțiuni pe loc: poziția de drepti; pe loc repaus; întoarcere la stânga, la dreapta, la stânga împrejur; Acțiuni în deplasare: -adunări, alinieri, ruperi de rânduri;-tregeri din mers în alergare și invers; -întoarceri din mers și din alergare; -desfășurări și schimbări de formații; Variante de mers: -mers în cadență; -mers: pe vârfuri; pe călcâie; cu pas înalt; cu pas încrucișat; pe marginea internă, externă a labei piciorului; cu pas fandat; ghemuit; schiopătat; etc.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup etc.	2 ore
2.	Variante de alergare: -cu joc de gleznă; cu genunchii sus; cu pendularea gambelor înapoi, înainte;-cu picioarele întinse înainte, înapoi; -cu pas adăugat, încrucișat, etc.; Deplasări în figuri; Formații de marș: pe 1,2,3 șiruri; Formații de adunare: pe 1,2,3 rânduri; în semicerc; cerc; careu; unghi; etc.; Formații de lucru: pe 1,2 șiruri; în trepte; în șah; în careu; în cocor; etc.; Exerciții și jocuri de atenție la comenzi diferite (vizuale, auditive, comenzi schimbate).	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
3.	Poziții principale și derivate folosite în predarea educației fizice; Ex. pt. pregătirea analitică a aparatului locomotor: -ex. libere; -ex. cu obiecte portative.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore



4.	Ex. pt. pregătirea analitică a aparatului locomotor: ex. cu partener; -ex. pe fond muzical.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
5.	Ex. pt. pregătirea analitică a aparatului locomotor: ex. pt. formarea ținutei corecte; -structuri de exerciții în 8-16-32 timpi.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
6.	Exerciții pt. Însușirea tehnicii și metodicii formării deprinderilor aplicativ-utilitare : – Mers, alergare, sărituri; – Echilibru; – Cățărări, escaladări.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
7.	Exerciții pt. Însușirea tehnicii și metodicii formării deprinderilor aplicativ-utilitare : – Ridicare și transport de greutate; tracțiuni și împingeri; – Târâre; – Aruncare și prindere.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
8.	Exerciții pt. Însușirea tehnicii și metodicii formării deprinderilor aplicativ-utilitare : – Ștafete și parcururi aplicative; – Deplasarea și așezarea (montarea) materialelor.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
9.	Elemente statice: - stând pe omoplați; Elemente dinamice: -grupări, rulări, rostogoliri; -rostogolire înapoi prin stând pe mâini.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
10.	Elemente statice: -stând pe cap; Elemente dinamice: cilindrul; -roata laterală.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
11.	Elemente statice: stând pe mâini; podul, cumpăna, semi-sfoara, sfoara; Elemente dinamice: -îndreptare de pe ceafă; -îndreptare de pe cap; - răsturnare lentă înainte-înapoi; -răsturnare înainte.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
12.	Dezvoltarea/educarea calităților motrice : – Circuit cu stații – mijloc de dezvoltare a calităților motrice; – Stretching; Sărituri cu sprijin : – Sărituri cu elan oblic; – Săritură lungă cu rostogolire pe lada așezată longitudinal (b, f).	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore
13.	Sărituri cu sprijin – Săritură în sprijin plutitor la calul așezat longitudinal (b); – Săritură în ghemuit printre brațe (b) și în sprijin echer	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu	2 ore



	(săritura “hoțului”) (b); – Săritură în sprijin depărtat la capră (f, b).	temă; lucru în grup, etc.	
14.	Verificări și probe de control.	Observarea (asistată, organizată și liberă); explicația și demonstrația; exerciții cu temă; lucru în grup, etc.	2 ore

Bibliografie:

- Luca, A., *Gimnastica în școală*, Editura Universității “Al. I. Cuza”, Iași, 1998.
- Burcă, I., *Gimnastica de bază*, Editura G.M.I., Cluj-Napoca, 2009.
- Rus, C.M., *Pentru profesorul de educație fizică și sport. Gimnastica*, Editura Universității “Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2005.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Formarea abilităților de folosire creativă și adaptată a formelor de organizare a colectivului și a exersării;
- Capacitatea de adaptare a conținuturilor la particularitățile subiecților și la resursele disponibile.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Evaluare globală	Examen scris.	50% nota la evaluarea finală ($N_2 = \text{nota} \times 50/100$)
10.5 Seminar/ Laborator	Evaluare sumativă	Probă practică: exercițiu la sol; săritură cu sprijin.	50% nota la evaluarea finală ($N_2 = \text{nota} \times 50/100$)
10.6 Standard minim de performanță			
a. minim nota 5 la examinarea scrisă; b. promovarea probelor practice cu minim nota 5. c. 100% prezență la lucrări practice.			



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclu de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	BIOMECANICĂ						
2.2 Titularul activităților de curs	Profesor Univ. Dr. Paula DROSESCU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Univ. Dr. Alexandru OPREAN						
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					25
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități: participare la studii și cercetări					2
3.7 Total ore studiu individual					69
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Cabinetul de Anatomie – dotare: mulaje osoase, musculare, schelet uman, videoproiector și ecran, atlase, planșe
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Cabinetul de Anatomie – dotare: mulaje osoase, musculare, schelet uman, videoproiector și ecran, atlase, planșe



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C2. Organizarea principiilor și mecanismelor care guvernează structurile biologice și psihice ale organismului, a mediului de instruire și învățare, în activitățile fizice de recreere și întreținere corporală, practicate în mod liber sau independent C3. Evaluarea clinică funcțională și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică C4. Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice CT2. Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Crearea bazei de cunoștințe legate de Anatomia și Biomecanica aparatului locomotor și armonizarea acesteia în cadrul informațiilor deja acumulate de către studenți
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Realizarea unei baze teoretice atât pentru noțiunile care vor fi predate la Biomecanică cât și pentru cele predate la celelalte discipline cu caracter medicalClarificarea noțiunilor de Anatomie generală acumulate în timpul facultățiiCunoașterea elementelor de Biomecanică articulară și Biomecanica exercițiilor fizice

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Noțiuni de Biomecanică: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	<ul style="list-style-type: none">discuții și întrebăriurmărirea unui material filmatprezentarea power pointprezentarea imaginilor din atlase și planșeexemplificări prin exerciții	2 ore
2.	Biomecanica membrului superior - umărul: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
3.	Biomecanica membrului superior - cotulul: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
4.	Biomecanica membrului superior – mâna și degetele: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
5.	Biomecanica membrului inferior -articulația coxofemurală: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
6.	Biomecanica membrului inferior -articulația genunchiului: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore



7.	Biomecanica membrului inferior -articulația gleznei: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
8.	Biomecanica toracelui: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica coloanei vertebrale	Idem	2 ore
9.	Biomecanica abdomenului: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica coloanei vertebrale	Idem	2 ore
10.	Biomecanica coloanei vertebrale	Idem	2 ore
11.	Pârghii musculare, lanțuri cinematice	Idem	2 ore
12.	Biomecanica mersului	Idem	2 ore
13.	Biomecanica alergării	Idem	2 ore
14.	Biomecanica sărituri, aruncări	Idem	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Baciú Clement, *Anatomia funcțională și biomecanica*, București, Editura Sport-Turism, 1977

Referințe suplimentare:

- Drosescu Paula, *Anatomia aparatului locomotor*, Ed. Pim, 2004
- Drosescu Paula, *Biomecanica aparatului locomotor*, Ed. Tehnopress, 2005
- Papilian Victor, *Anatomia omului*, București, Editura All 1992

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Noțiuni de Biomecanică: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	<ul style="list-style-type: none">- discuții și întrebări- urmărirea unui material filmat- prezentarea power point- prezentarea imaginilor din atlase și planșe- exemplificări prin exerciții	2 ore
2.	Biomecanica membrului superior - umărul: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
3.	Biomecanica membrului superior - cotulul: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
4.	Biomecanica membrului superior – mâna și degetele: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
5.	Biomecanica membrului inferior -articulația coxofemurală: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
6.	Biomecanica membrului inferior -articulația genunchiului: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
7.	Biomecanica membrului inferior -articulația gleznei: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară	Idem	2 ore
8.	Biomecanica toracelui: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica coloanei vertebrale	Idem	2 ore
9.	Biomecanica abdomenului: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica coloanei vertebrale	Idem	2 ore



10.	Biomecanica coloanei vertebrale	Idem	2 ore
11.	Pârghii musculare, lanțuri cinematice	Idem	2 ore
12.	Biomecanica mersului	Idem	2 ore
13.	Biomecanica alergării	Idem	2 ore
14.	Biomecanica sărituri, aruncări	Idem	2 ore

Bibliografie:

- Baciu Clement, *Anatomia funcțională a sistemului nervos*, București, Editura Stadion, 1970
- Drosescu Paula, *Anatomia aparatului locomotor*, Ed. Pim, 2004
- Ifrim Mircea, *Antropologie motrică*, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1986
- Ranga Viorel, *Tratat de anatomie a omului*, București, Editura Medicală, 1993

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Discutarea elementelor de Biomecanică pentru fiecare articulație și segment în parte creează posibilitatea construirii unei imagini foarte clare a structurilor anatomice ale corpului.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	- răspunsuri corecte la întrebările de sinteză - exemplificarea noțiunilor învățate pe mulaj și schelet	- Test grilă	75%
10.5 Seminar/ Laborator	- explicarea și identificarea noțiunilor prezentate în planșe, mulaje, schelet - exemplificarea noțiunilor însușite prin alcătuirea unor programe kinetice de recuperare și refacere	- Interacțiunea din cadrul orelor	20%
		- Răspunsurile corecte la întrebările „fulger”	5%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Identificarea structurilor de bază ale aparatului locomotor• Cunoașterea principalelor grupe musculare ale corpului omenesc• Explicarea modului în care se produce biomecanica articulară			

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	STAGIU DE PRACTICĂ ÎN CENTRE SPECIALE DE EDUCAȚIE						
2.2 Titularul activităților de curs	-						
2.3 Titularul activităților de seminar	Kinetoterapeut Ana SIMIONESCU						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	0	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	0	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					4
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități participare la studii și cercetări					2
3.7 Total ore studiu individual					22
3.8 Total ore pe semestru					50
3.9 Număr de credite					2

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Nu este cazul
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Desfășurarea lucrărilor practice în cabinete de specialitate sau spitale de profil



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară în Kinetoterapie și motricitate specială, și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar în recuperarea medicală.
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. CT2. Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general	<ul style="list-style-type: none">Cunoașterea viitorului loc de muncă, dotarea cabinetelor de recuperare din centrele speciale de educație, legăturile interdisciplinare, relațiile dintre pacient-terapeut, terapeut alt personal din echipa unde lucrează.
7.2 Obiectivele specifice	La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: <ul style="list-style-type: none">Cunoască formele de organizare ale cabinetelor și de recuperare din cadrul instituțiilor de învățământ special.Cunoască circuitul pe care îl urmează pacientul în cadrul procesului de recuperare.Cunoască patologia întâlnită în cadrul instituțiilor de învățământ special.Deprindă abilitățile de lucru în cadrul echipei pluridisciplinare. Să dețină cunoștințe și deprinderi necesare alcătuirii programelor de recuperare în diverse afecțiuni.Aprofundarea cunoștințelor în domeniul afecțiunilor generatoare de handicap motor.Cunoașterea, evaluarea și interpretarea corectă a indicatorilor de prognoză, precum și a limitelor de recuperare posibilă, în raport cu vârsta, sexul și stadiul de evoluție a bolii.Să cunoască modul de folosire a dispozitivelor, instalațiilor și a aparaturii specifice profesiei și să le utilizeze în mod corect.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
-	-	-	-
8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Vizitarea instituțiilor de învățământ special și a organizațiilor ce desfășoară activități similare.	Vizită în spital cu explicații practice.	6 ore
2.	Observarea tehnicilor de lucru cu pacienții în diferite instituții de învățământ cu caracter special.	Prezentări de cazuri clinice.	6 ore
3.	Cunoașterea circuitelor pe care le urmează pacienții în cadrul acestor instituții.	Prezentări de cazuri clinice.	8 ore
4.	Învățarea etapelor de desfășurare a unei ședințe de kinetoterapie în cadrul acestor instituții.	Prezentări de cazuri clinice.	8 ore

**Bibliografie**

1. Bălțeanu, V., Curs de masaj, Edit. Universității ” Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2003.
2. Dumitru, D., Reeducarea funcțională în afecțiunile coloanei vertebrale. Edit. Sport – Turism, București, 1984
3. C., Albu, T.L. Vlad, Adrian Albu – Kinetoterapia pasivă, Editura Polirom, Iași, 2003..
4. Plas F., Hagron E. – Kinetoterapie activă – Ed. Polirom, Iași, 2001
5. Sbenghe T. – Kinetoterapie profilactică, terapeutică și de recuperare, Ed. Medicală, Buc. 1999
6. Sbenghe T. – Bazele teoretice și practice ale kinetoterapiei – Ed. Medicală Buc. 1999
7. Vald T., Pendefunda L. – Recuperarea bolnavului hemoplegic adult – Ed. Contact Internațional, Iași 1992
8. Apostol I., Vlad T. – Bazele Teoretico – metodice ale kinetoterapiei – Ed. Omnia, Iași 1992
9. Vlad T. – Fiziopatologie – Ed. Univ. „Al. I. Cuza” Iași 2003.
10. Dumitru, D. – *Reeducarea funcțională în afecțiunile coloanei vertebrale*. Editura Sport-Turism, București, 1984.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele de lucrari practice propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Kinetoterapiei și motricității speciale, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante privind aspectele de recuperare din cadrul centrelor de invatamant special în raport cu standardele profesionale din cadrul recuperării medicale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	-	-	-
10.5 Seminar/ Laborator	Aplicarea de programe terapeutice în funcție de patologia întâlnită în cadrul stagiului	Evaluare practică	100%
10.6 Standard minim de performanță			
Cunoaștere modului și a principilor de funcționare a școlilor pentru persoane cu nevoi speciale, a modului de lucru în cadrul acestora. Cunoașterea, evaluarea și interpretarea corectă a indicatorilor de prognoză, precum și a limitelor de recuperare posibilă, în raport cu vârsta, sexul și stadiul de evoluție a bolii.			



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclu de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	MASAJ ȘI TEHNICI COMPLEMENTARE						
2.2 Titularul activităților de curs	Profesor Univ. Dr. Veronica BĂLTEANU						
2.3 Titularul activităților de seminar	Kt. Drd. Raluca-Mihaela HODORCA						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	OB

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					22
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					22
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități: participare la studii și cercetări					4
3.7 Total ore studiu individual					69
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Număr de credite					5

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Parcurgerea disciplinelor: Anatomie, Fiziologie.
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs DEF2 cu 60 de locuri, calculator și videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Laborator KT cu 30 de locuri, calculator și videoproiector, dotări specifice



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară. C2. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. C3. Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare.
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. CT2. Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Însușirea cunoștințelor din domeniul activității de masaj și a unor tehnici complementare.
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Învățarea noțiunilor teoretice privind practicarea masajului.Indicații și contraindicații pentru masajul igienic, terapeutic și sportiv.Formarea abilității (manualității) pentru executarea masajului.Cunoașterea modului de organizare și desfășurare a activității de masaj.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
1.	Noțiuni introductive a. Istoricul evoluției și importanța masajului b. Clasificarea masajului c. Organizarea activității (pregătirea cadrelor, domenii de aplicare)	prelegerea interactivă	2 ore
2.	Reguli de practicare a masajului a. Spații destinate masajului, reguli de igienă a spațiilor, reguli de igienă pentru masor, pentru pacient (subiect) b. Indicații și contraindicații pentru masaj	prelegerea interactivă	2 ore
3.	Descrierea manevrelor principale de masaj a. Manevrelor principale de masaj, netezirea (effleuraje), execuția tehnică b. Manevrelor principale de masaj, fricțiunea (frământatul superficial)	prelegerea interactivă	2 ore
4.	Descrierea manevrelor principale de masaj a. Manevrelor principale de masaj, frământat (petrissage) b. Manevrelor principale de masaj, tapotament c. Manevrelor principale de masaj, vibrații	prelegerea interactivă	2 ore



5.	Descrierea manevrelor auxiliare de masaj Cuta, ciupitul, pensatul, rulatul, cernutul, tracțiunea.	prelegerea interactivă	2 ore
6.	Efectele masajului asupra organismului a. Efectele netezirii, fricțiunii, frământatului, tapotamentului, vibrațiilor, asupra țesuturilor b. Efectele generale ale masajului asupra organismului	prelegerea interactivă	2 ore
7.	Automasajul a. Tehnica și pozițiile din care se execută automasajul (membrelor inferioare, membrelor superioare, abdomenului, spatelui, capului, feței) b. Efectele automasajului	prelegerea interactivă	2 ore
8.	Alte procedee și tehnici de masaj a. Crioterapia, duș masajul, masajul cu aer cald, sauna b. Efectele procedeelelor (crioterapia, duș masajul, masajul cu aer cald, sauna)	prelegerea interactivă	2 ore
9.	Tehnici complementare de masaj a. Noțiuni de reflexoterapie b. Principii fiziologice de acțiune c. Zone de influență reflexoterapeutică	prelegerea interactivă	2 ore
10.	Tehnici complementare de masaj a. Presopunctura b. Masajul reflexogen c. Masajul transversal profund	prelegerea interactivă	2 ore
11.	Tehnici complementare de masaj a. Tehnica Shiatsu b. Tehnica Reiki	prelegerea interactivă	2 ore
12.	Tehnici complementare de masaj (2 ore) a. Localizarea (depistarea) punctelor Triger dureroase b. Masajul terapeutic al punctelor Triger, reguli metodice	prelegerea interactivă	2 ore
13.	Tehnici complementare de masaj a. Drenajul limfatic b. Automasajul Chi c. Tehnica DO-IN	prelegerea interactivă	2 ore
14.	Masajul în familie a. Reguli de practicare b. Vizionare CD	prelegerea interactivă, vizionare CD	2 ore

Bibliografie:**Referințe principale:**

- Barnett L., Chambers M. – Reiki – traducere, Ed. Univ. Oradea, 1994.
- Bălțeanu V. – *Curs de masaj*, Ed. Univ. „Al.I.Cuza” Iași, 2001.
- Bălțeanu V., 2014, *Curs - Masajul în traumatologia sportivă*, Ed. Univ. „Alecsandru I. Cuza”, Iași.
- Cordon M. – *Masajul – tehnici și aplicații în sport*, Ed. Ministerului Tineretului și Sportului, București, 1992.
- Drăgan I., Petrescu O. – *Masaj – automasaj*, Ed. Editis, București, 1993.
- Ivan Sabin – *Presopunctura și alte mijloace naturiste*, Ed. RAI, București, 1994.
- Mârza D., – *Masajul terapeutic*, Ed. Plumb, Bacău, 2002.
- Mârza D., - *Metode speciale de masaj*, Ed. Plumb, Bacău, 2009.

Referințe suplimentare:

- Kostopoulos D., - *The Manual of Trigger Point and Myofascial Therapy*, Slack Incorporated, New York, 2001
- Maria-Galia ORTEGA, *Le massage familial*, Warner Vision International, Minuit Cinq Production



8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Masajul spatelui a. învățarea procedeelor principale de masaj specifice spatelui b. descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor și organismului în mod general c. indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul spatelui.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
2.	Masajul spatelui și masajul cervical a. învățarea procedeelor principale de masaj specifice zonei cervicale b. descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor și organismului în mod general c. indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul zonei cervicale (sens, manevre, pense, prize).	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
3.	Masajul membrelor inferioare și fesierilor a. învățarea procedeelor principale de masaj specifice zonei b. descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor, sistemului circulator de retur venos și limfatic și a organismului în mod general c. indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul membrelor inferioare (sens, manevre, pense, prize)	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
4.	Masajul membrelor superioare a. învățarea procedeelor principale de masaj specifice membrelor superioare b. descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor, sistemului circulator de retur venos și limfatic și a organismului în mod general c. indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul membrelor superioare (sens, manevre, pense, prize)	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
5.	Masajul abdomenului a. învățarea procedeelor principale de masaj specifice abdomenului b. descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor, sistemului circulator de retur venos și limfatic și al îmbunătățirii traseului la nivelul colonului c. indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul abdomenului (sens, manevre, pense, prize)	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
6.	Masajul facial și al decolteului a. învățarea procedeelor principale de masaj specifice masajului facial și al decolteului b. descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor c. indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul feței și decolteului (sens, manevre, pense)	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore



7.	Descrierea manevrelor auxiliare de masaj specifice fiecărui segment de corp a. Cernutul b. Rulatul c. Presiunile d. tracțiunile și tensiunile e. scuturările	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă Lucrul în echipă	2 ore
8.	Descrierea masajului reflex a. efectele masajului reflexogen b. indicații și contraindicații ale masajului reflexogen	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
9.	Descrierea automasajului pe diferite segmente de corp	Explicații Exersare Aplicații practice	2 ore
10.	Descrierea diferitelor mijloace auxiliare de masaj a. hidro-terapia b. duș-masajul c. dușul subacval d. dușul cu aer cald e. băile cu bule gazoase f. masajul local cu gheață g. sauna	Prezentare de referate	2 ore
11.	Scurtă incursiune în aplicarea masajului în medicina tradițională a. Tehnica Reiki b. Tehnica Shiatsu c. Tehnica punctelor trigger d. Podoterapia	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
12.	Masajul general al corpului	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
13.	Recapitularea manevrelor de masaj	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă	2 ore
14.	Evaluarea practică la disciplina Masaj și automasaj	Demonstrații practice și noțiuni teoretice	2 ore

**Bibliografie:**

- Barnett L., Chambers M. – Reiki – traducere, Ed. Univ. Oradea, 1994.
- Bălțeanu V. – *Curs de masaj*, Ed. Univ. „Al.I.Cuza” Iași , 2001.
- Bălțeanu V., 2014, *Curs - Masajul în traumatologia sportivă*, Ed. Univ. „Alecsandru I. Cuza”, Iași.
- Cordon M. – *Masajul – tehnici și aplicații în sport*, Ed. Ministerului Tineretului și Sportului, București, 1992.
- Drăgan I., Petrescu O. – *Masaj –automasaj*, Ed. Editis, București, 1993.
- Ivan Sabin – *Presopunctura și alte mijloace naturiste*, Ed. RAI, București, 1994.
- Kostopoulos D., - *The Manual of Trigger Point and Myofascial Therapy*, Slack Incorporated, New York, 2001
- Mârza D., – *Masajul terapeutic*, Ed. Plumb, Bacău, 2002.
- Mârza D., - *Metode speciale de masaj*, Ed. Plumb, Bacău, 2009.
- Melc S., – *Masajul tălpilor – formă de reflexoterapie*, Ed. Medicală, București, 1991.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Kinetoterapie, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din teoria și practica de specialitate. Tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante privind cadrul legislativ și organizatoric al domeniului în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate	Evaluare scrisă	50%
10.5 Seminar/ Laborator	Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare. Verificare practică – demonstrații practice a manevrelor de masaj.	Notare curentă	50%
	Intervenții la discuții	Notare curentă	
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none">• Descrierea și demonstrarea tehnicilor de masaj;• Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor masajului.• Punctajul final calculat, prin sumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de seminar)/2, să reprezinte o notă de promovare (minim 5 pentru fiecare formă de evaluare).			



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	SCHI						
2.2 Titularul activităților de curs	-						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Univ. Dr. Bogdan-Constantin UNGUREAN						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	Vp	2.7 Regimul disciplinei	F

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F - facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	-	3.3. seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5. curs	-	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					15
Examinări					7
Alte activități: participare la studii și cercetări					
3.7 Total ore studiu individual					47
3.8 Total ore pe semestru					75
3.9 Număr de credite					3

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	-
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Echipament specific schiului alpin: clăpări, bețe, schiuri, ochelari, mănuși.

**6. Competențe specifice acumulate**

Competențe profesionale	C1. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic. C2. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice sporturilor de iarnă.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Implementarea unui sistem de cunoștințe teoretice și aplicative specifice sporturilor de iarnă cu scopul de a fi utilizate ulterior în activitatea profesională a studenților
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Acumularea unor cunoștințe teoretice și practice specifice schiului alpin.Capacitate de a organiza și desfășura activități sportive specifice sporturilor de iarnă.

8. Conținut

8.1	Curs	Metode de predare	Observații
	-	-	-
-			
8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	Pregătirea pentru schi – preluarea echipamentului	Explicația, demonstrația	2 ore
2.	Acomodarea cu echipamentul	Explicația, demonstrația	2 ore
3.	Acomodarea și deplasarea cu schiurile	Explicația, demonstrația	2 ore
4.	Alunecarea	Explicația, demonstrația	2 ore
5.	Căderea și ridicarea din coborâre pe plat și în pantă	Explicația, demonstrația	2 ore
6.	Mersul	Explicația, demonstrația	2 ore
7.	Alunecarea prin împingere simultană	Explicația, demonstrația	2 ore



8.	Schimbările de direcție pe teren plat.	Explicația, demonstrația	2 ore
9.	Întoarcerile. Urcarea pantei	Explicația, demonstrația	2 ore
10.	Coborârea directă. Coborârea oblică	Explicația, demonstrația	2 ore
11.	Frânarea în plug. Frânarea prin derapaj	Explicația, demonstrația	2 ore
12.	Ocolirile. Ocolirea prin pășire	Explicația, demonstrația	2 ore
13.	Ocolirea cu schiurile paralele (cristianiile)	Explicația, demonstrația	2 ore
14.	Probe de control	Explicația, demonstrația	2 ore

Bibliografie:

- Ungurean B. – *Schi alpin*, Editura Pim, Iași, 2013
- Balint G.– *Bazele teoretice și metodice ale predării schiului*, Editura Tehnopress, Iași – 2005

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Disciplina urmărește ridicarea nivelului de cunoștințe teoretice și practice a viitorilor kinetoterapeuți în vederea practicării sporturilor de iarnă.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	-	-	-
10.5 Seminar/ Laborator	Verificarea nivelului de însușire a procedurilor tehnice învățate	Verificare practică	100%
10.6 Standard minim de performanță			
• Minimum nota 5 (cinci) la verificarea practică			

**FIȘA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași
1.2 Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Studii universitare de licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	TURISM						
2.2 Titularul activităților de curs	-						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Univ. Dr. Alexandru OPREAN						
2.4 An de studiu	1	2.5 Semestru	2	2.6 Tip de evaluare	P	2.7 Regimul disciplinei	F

* OB – Obligatoriu / OP – Opțional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	-	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	-	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					-
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					47
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					-
Tutoriat					-
Examinări					-
Alte activități: participare la studii și cercetări					-
3.7 Total ore studiu individual					47
3.8 Total ore pe semestru					75
3.9 Număr de credite					3

4. Precondiții (dacă este cazul)

4.1 De curriculum	Nu este cazul
4.2 De competențe	Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	-
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	Cursul practic se desfășoară în zonă montană, necesitând echipament specific (corturi, saci dormit, rucsaci etc.)



6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic. C2. Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă. C3. Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului .
Competențe transversale	CT1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Implementarea unui sistem de cunoștințe teoretice și aplicative din domeniul turismului sportiv cu scopul de a fi utilizate ulterior în activitatea profesională a studenților .
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Acumularea unor cunoștințe teoretice și practice specifice domeniului.Capacitate de a organiza și desfășura activități sportive în natură.

8. Conținut

8.2	Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații
1.	<ul style="list-style-type: none">Noțiuni de orientare în teren cu ajutorul busolei și a hărții	Aplicații practice	2 ore
2.	<ul style="list-style-type: none">Noțiuni de orientare în teren fără busolă și hartă	Aplicații practice	2 ore
3.	<ul style="list-style-type: none">Parcurgerea și reamenajarea traseelor turistice	Aplicații practice	2 ore
4.	<ul style="list-style-type: none">Parcurgerea și reamenajarea traseelor turistice	Aplicații practice	2 ore
5.	<ul style="list-style-type: none">Parcurgerea și reamenajarea traseelor turistice	Aplicații practice	2 ore
6.	<ul style="list-style-type: none">Organizarea taberelor de campare	Aplicații practice	2 ore
7.	<ul style="list-style-type: none">Organizarea taberelor de campare	Aplicații practice	2 ore
8.	<ul style="list-style-type: none">Orientare sportivă	Aplicații practice	2 ore
9.	<ul style="list-style-type: none">Parcurgerea și reamenajarea traseelor turistice	Aplicații practice	2 ore
10.	<ul style="list-style-type: none">Parcurgerea și reamenajarea traseelor turistice	Aplicații practice	2 ore
11.	<ul style="list-style-type: none">Parcurgerea și reamenajarea traseelor turistice	Aplicații practice	2 ore
12.	<ul style="list-style-type: none">Orientare sportivă	Aplicații practice	2 ore
13.	<ul style="list-style-type: none">Noțiuni de ecologie și protecție a naturii	Aplicații practice	2 ore
14.	<ul style="list-style-type: none">Noțiuni de ecologie și protecție a naturii	Aplicații practice	2 ore

**Bibliografie:**

- Derlogea, Șerban – *Manual de supraviețuire*, Edit. Almatea, București, 2002.
- Luca, Constantin – *Manualul ghidului de turism*, Edit. Gemna Print, București, 2002.
- Manolescu, Irina-Teodora, *Evaluare și amenajare turistică a teritoriului - strategii de amenajare și dezvoltare durabilă*, Sedcom Libris, Iași, 2004.
- Radoslav, Romeo-Florin – *Turism și orientare sportivă*, Editura Vasile Goldis University Press, Arad, 2001.
- Sterie, Ciulache – *Meteorologie și climatologie*, Editura Universitară, 2006

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Având în vedere tendința acidentată a activităților sportive în cadrul natural, această disciplină urmărește pregătirea specifică atât a viitorilor profesori de educație fizică cât și a viitorilor specialiști în activități de acest gen.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere în nota finală (%)
10.4 Curs	-	-	-
10.5 Seminar/ Laborator	Abilitățile și competențele specifice disciplinei demonstrate de studenți pe parcursul stagiului de practică	Evaluare pe parcurs	100%
10.6 Standard minim de performanță			
• Obținerea notei minime (5 cinci) la evaluarea pe parcurs			