

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	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	Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA						
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tip de evaluare*	E	2.7 Regimul disciplinei**	Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	3.2 curs	2	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	3.5 curs	28	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 seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					10
Examinări					9
Alte activități					20

3.7 Total ore studiu individual*	69
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

--

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu videoproiector și ecran, mulaje anatomice, planșe.
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Cabinet de Anatomie, dotări: mulaje osoase și musculare, schelet uman, planșe anatomice.

6. Obiective

- Însușirea de către studenți a unor noțiuni complexe de anatomie descriptivă, continuate cu elemente de anatomie funcțională.
- Prezentarea anatomiei aparatului locomotor, utilă înțelegerii kinesiologiei.
- Prezentarea anatomiei cardiovasculare, pentru înțelegerea afecțiunilor respectivului aparat, și, în scop similar, anatomiei aparatului respirator.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.
- Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.
- Demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.
- Realizează lucrări, rapoarte și prezentări de specialitate în format digital.

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Obiectul anatomiei descriptive și funcționale Noțiuni determinologie medicale Procese de creștere și dezvoltare.	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Osteologie - osteogeneză Articulațiile: definiții, tipuri de articulații, exemple	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Miologie - caracteristici morfo-funcționale ale mușchiului striat	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Anatomia descriptivă a aparatului cardiovascular: inima, marea și mica circulație	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Anatomia descriptivă a aparatului respirator: structura plămânilor, pleura	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Măduva spinării: elementele anatomice constitutive, funcțiile acestora	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Trunchiul cerebral	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Scoarța cerebrală: noțiuni de anatomie	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Sistemul nervos periferic	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Nervii cranieni: noțiuni anatomo-funcționale	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Analizatorii organismului	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Anatomia glandelor cu secreție internă	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Anatomia descriptivă a aparatului digestiv și a anexelor sale	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Anatomia aparatului urogenital	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore

Bibliografie

- Drosescu Paula. Anatomia aparatului locomotor, Editura PIM; Iași, 2004.
- Drosescu Paula. Biomecanica, Editura Tehnopress, Iași, 2005.
- Frank H. Netter - Netter Atlas de Anatomie a Omului, editia 8-a, Editura Calisto, București, 2024.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
-------------------------	-------------------	--

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Obiectul anatomiei descriptive și funcționale Noțiuni de terminologie medicală Procese de creștere și dezvoltare.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Osteologie - osteogeneză Articulațiile: definiții, tipuri de articulații, exemple	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Miologie - caracteristici morfo-funcționale ale mușchiului striat	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Anatomia descriptivă a aparatului cardiovascular: inima, marea și mica circulație	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Anatomia descriptivă a aparatului respirator: structura plămânilor, pleura	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Măduva spinării: elementele anatomice constitutive, funcțiile acesteia	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Trunchiul cerebral	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Scoarța cerebrală: noțiuni de anatomie	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Sistemul nervos periferic	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Nervii cranieni: noțiuni anatomo-funcționale	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Analizatorii organismului	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Anatomia glandelor cu secreție internă	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Anatomia descriptivă a aparatului digestiv și a anexelor sale	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore
Anatomia aparatului urogenital	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	2 ore

Bibliografie
• Drosescu Paula. Anatomia aparatului locomotor, Editura PIM; Iași, 2004. • Drosescu Paula. Biomecanica, Editura Tehnopress, Iași, 2005. • Frank H. Netter - Netter Atlas de Anatomie a Omului, editia 8-a, Editura Calisto, București, 2024.

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 bază în Anatomie, adaptate specificului kinetoterapiei. Abordarea lor se bazează pe date din literatura de specialitate și pe sintezele și corelațiile efectuate de titulari. Tematica disciplinei acoperă concepte majore și relevante privind structura și funcționalitatea corpului uman, cu importanță pentru înțelegerea Fiziologiei și disciplinelor cu caracter medical.

10. Evaluare				
10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)		50
Curs	Forma de evaluare		Verificare mixtă	
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Nu	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare mixtă	
	Pondere		100	

	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Nu	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)	

10.4 Standard minim de performanță	
• Punctajul la evaluarea finală trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5). • Punctajul la evaluarea continuă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).	

Data completării,
17.09.2026

Titular de curs,
Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA

Titular de seminar,
Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA

Data avizării în departament,
18.09.2026

Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina							
2.1 Denumirea disciplinei			Bazele generale ale atletismului				
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. LILIANA ELISABETA RADU				
2.3 Titularul activităților de seminar			Asist. LUISA-CRISTIANA GAMEN				
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tip de evaluare*	E	2.7 Regimul disciplinei**	Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 curs	1	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	3.5 curs	14	3.6 seminar/ laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					21
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					21
Pregătire seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					21
Tutoriat					10
Examinări					6
Alte activități					4

3.7 Total ore studiu individual*	83
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sala de curs dotată cu laptop/tablă inteligentă, conexiune la internet.
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	Studentii se vor prezenta în echipament sportiv (îmbrăcăminte sport și pantofi de alergare cu talpă elastică). Teren/sală cu pistă de atletism,

6. Obiective

Înțelegerea conținutului atletismului (teoretic și metodic) în vederea elaborării și implementării de programe de intervenție eficiente cu mijloacele atletismului (exerciții din școala alergării, săriturii, aruncării), în vederea dezvoltării fizice armonioase și prevenirii și corectării deficiențelor de postură.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.
- Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului.

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Bazele generale ale probelor de alergări	Prelegere interactivă, conversație, analiză video	2 ore; Tomozei, R. Și alții, Analysing the speed run technique, 2020
Școala alergării (variante de alergare, tehnica de execuție)	Prelegere interactivă	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Aplicații ale exercițiilor din școala alergării, în vederea corectării deficiențelor de postură	Prelegere interactivă	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Școala săriturii	Prelegere interactivă	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Aplicații ale exercițiilor din școala săriturii, în vederea corectării deficiențelor de postură	Prelegere interactivă	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Școala aruncării	Prelegere interactivă	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Aplicații ale exercițiilor din școala aruncării, în vederea corectării deficiențelor de postură	Prelegere interactivă	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021

Bibliografie

Tomozei, R. și alții (2020). Analysis of Speed run technique Through Biomechanics, Gymnasium Scientific Journal of education, Sports and Health, Vol. XXI, 2.
 Radu LE. Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, Iasi, 2021
 Radu, L.E., & Petrea, R.-G. (2022). Upper Body Posture Investigation in Young Track and Field Athletes. Revista Românească pentru Educație Multidimensională, 14(4Supl), 314-329. <https://doi.org/10.18662/rrem/14.4Supl/675>

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Școala alergării: variante de mers, variante de alergare, exerciții cu caracter pregătitor, exerciții speciale.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Școala alergării: variante de mers, variante de alergare, exerciții cu caracter pregătitor, exerciții speciale.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Școala alergării: variante de mers, variante de alergare, exerciții cu caracter pregătitor, exerciții speciale.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Școala săriturii: sărituri executate pe două picioare și pe un picior, executate pe loc și cu deplasare; sărituri pe, de pe și peste obstacole; identificarea piciorului de bătaie; formarea deprinderii de săritură cu bătaie pe un picior.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Școala săriturii: sărituri executate pe două picioare și pe un picior, executate pe loc și cu deplasare; sărituri pe, de pe și peste obstacole; identificarea piciorului de bătaie; formarea deprinderii de săritură cu bătaie pe un picior.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Școala aruncării: însușirea deprinderii de aruncare prin azvârlire, împingere și lansare.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Școala aruncării: însușirea deprinderii de aruncare prin azvârlire, împingere și lansare.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Exerciții specifice atletismului pentru prevenirea și corectarea cifozei dorsale	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Evaluare practică. Exerciții specifice atletismului pentru prevenirea și corectarea cifozei dorsale	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Exerciții specifice atletismului pentru prevenirea și corectarea lordozei lombare	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Evaluare practică Exerciții specifice atletismului pentru prevenirea și corectarea lordozei lombare	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Exerciții specifice atletismului pentru prevenirea și corectarea cifo-lordozei	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Evaluare practică Exerciții specifice atletismului pentru prevenirea și corectarea cifo-lordozei	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021
Exerciții sub formă de joc și întrecere pentru educarea ținutei (individual, pe perechi, pe grupe)	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore; Radu L., Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, 2021

Bibliografie

Tomozei, R. și alții (2020). Analysis of Speed run technique Through Biomechanics, Gymnasium Scientific Journal of education, Sports and Health, Vol. XXI, 2.
Radu LE. Bazele generale ale atletismului în kinetoterapie, Iasi, 2021
Radu, L.E., & Petrea, R.-G. (2022). Upper Body Posture Investigation in Young Track and Field Athletes. Revista Românească pentru Educație Multidimensională, 14(4Sup1), 314-329. <https://doi.org/10.18662/rrem/14.4Sup1/675>

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

Conținuturile sunt coroborate cu expectanțele reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor, respectând cerințele domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale

10. Evaluare

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50	
Curs	Forma de evaluare		Verificare scrisă	
	Pondere		50	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Nu	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare practică	

	Pondere		50	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)	

10.4 Standard minim de performanță	
Minim nota 5 la examenul scris.	
Minim nota 5 la verificarea practică.	

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Conf. Dr. LILIANA ELISABETA RADU**

**Titular de seminar,
Asist. LUISA-CRISTIANA GAMEN**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina								
2.1 Denumirea disciplinei			Biomecanica					
2.2 Titularul activităților de curs			Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA					
2.3 Titularul activităților de seminar			Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA					
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tip de evaluare*	E	2.7 Regimul disciplinei**	Ob	

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	6	3.2 curs	2	3.3 seminar/ laborator	4
3.4 Total ore din planul de învățământ	84	3.5 curs	28	3.6 seminar/ laborator	56
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					5
Pregătire seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					5
Examinări					6
Alte activități					5

3.7 Total ore studiu individual*	41
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

--

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu videoproector și ecran, mulaje anatomice, planșe.
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Cabinet de Anatomie, dotări: mulaje osoase și musculare, schelet uman, planșe anatomice.

6. Obiective

Crearea unui cumul de cunoștințe de Biomecanică, principii generale și biomecanica diferitor activități fizice. La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:

- Prezinte aplicațiile biomecanicii în kinetoterapie.
- Prezinte aplicațiile biomecanicii în diferite tipuri de activități fizice.
- Folosească cunoștințele de biomecanică în evaluarea pacienților.
- Conceapă metode de analiză biomecanică cu aplicabilitate în kinetoterapie.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Organizează și conduce activități specifice domeniului de competență, pentru diferite categorii de beneficiari.
- Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.
- Identifică și rezolvă probleme de specialitate aplicând tehnici de lucru și de cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților pe care le desfășoară.

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Obiectul biomecanicii, amplitudinea mișcărilor, grade de libertate	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica osului, mușchiului, unității os-tendon	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica în kinetoterapie	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica umărului	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica cotului	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica mâinii	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica coloanei vertebrale	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica articulației coxofemorale	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica articulației genunchiului	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica gleznei și piciorului	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica mușchilor abdominali	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica mersului	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica alergării	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore
Biomecanica săriturilor și aruncărilor	Prelegere, prezentări video și power point.	2 ore

Bibliografie

Referințe principale:

- Hagi Bogdan-Alexandru, Biomecanică, curs, Editura Risoprint, 2024.
- Drosescu Paula. Biomecanica, Editura Tehnopress, Iași, 2005.
- Baci Clement. Anatomia funcțională și biomecanica, București, Editura Sport-Turism, 1977.

Referințe suplimentare:

- Hagi Bogdan-Alexandru, Anatomie, curs, Editura Risoprint, 2024.
- Ranga Viorel. Tratat de anatomie a omului, București, Editura Medicală, 1993.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Noțiuni de Biomecanică: acțiunile lanțurilor musculare, biomecanica articulară.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Elemente de anatomie descriptivă a sistemului osos și implicații în biomecanică: membru superior, cutia toracică.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Elemente de anatomie descriptivă a sistemului osos și implicații în biomecanică: coloana vertebrală, membrul inferior.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica umărului.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica articulației cotului.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica mâinii.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica coloanei vertebrale.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica șoldului	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica articulației genunchiului.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica gleznei și piciorului.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Implicații ale anatomiei descriptive în biomecanica mușchilor abdominali.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Aspecte privind biomecanica mersului.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Aspecte privind biomecanica alergării.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore
Particularități biomecanice ale săriturilor și aruncărilor.	- discuții și întrebări - urmărirea materialelor video - prezentarea power point - prezentarea imaginilor din atlase și planșe - urmărirea programelor din Visibil Body	4 ore

Bibliografie
Referințe principale: • Hagiu Bogdan-Alexandru, Biomecanică, curs, Editura Risoprint, 2024. • Drosescu Paula. Biomecanica, Editura Tehnopress, Iași, 2005. • Baci Clement. Anatomia funcțională și biomecanica, București, Editura Sport-Turism, 1977. Referințe suplimentare: • Hagiu Bogdan-Alexandru, Anatomie, curs, Editura Risoprint, 2024. • 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

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de bază în Biomecanică, adaptate specificului kinetoterapiei. Abordarea lor se bazează pe date din literatura de specialitate și pe sintezele și corelațiile efectuate de titulari. Tematica disciplinei acoperă concepte majore și relevante privind modul în care se deplasează corpul uman ca întreg, și componentele sale anatomice implicate în locomoție, în cursul mersului, alergării, săriturilor, aruncărilor, diferitor activități sportive. Ca urmare pot fi prevenite leziunile sportive și eficientizată kinetoterapia.

10. Evaluare

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50
Curs	Forma de evaluare		
	Pondere		0
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		

	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare mixtă	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)	

10.4 Standard minim de performanță
• Punctajul la verificarea scrisă finală trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) . • Punctajul obținut la evaluările continue a seminariilor trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA**

**Titular de seminar,
Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina											
2.1 Denumirea disciplinei			Educație pentru sănătate și prim ajutor								
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. ALEXANDRU RARES PUNI								
2.3 Titularul activităților de seminar			Specialist IOANA-ADNANA DUMBRAVU								
2.4 An de studiu		I	2.5 Semestrul		II	2.6 Tip de evaluare*		E	2.7 Regimul disciplinei**		Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 curs	1	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	3.5 curs	14	3.6 seminar/ laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					26
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					17
Examinări					2
Alte activități					9

3.7 Total ore studiu individual*	83
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 100 locuri, laptop și videoproiector
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	Sală cu minim 50 locuri, tablă interactivă, trusă de prim ajutor, manechin resuscitare (adult/bebeluș)

6. Obiective

Realizarea unei educații sanitare a studenților și implementarea unor noțiuni de bază de prim ajutor.

La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:

- știe deprinderi alimentare corecte în concordanță cu necesitățile specifice activităților fizice.
- cunoască noțiuni de călire a organismului și posibilitățile de prevenire a unor îmbolnăviri.
- dozeze efortul fizic în funcție de posibilitățile organismului de adaptare.
- utilizeze manevrelor de prim ajutor specifice domeniului de activitate.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.
- Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului.
- Colectează, selectează și prelucrează date utilizate în scopul interpretării rezultatelor teoretice și experimentale.

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Prezentarea fișei disciplinei. Definiția, obiectivele, scopul și sarcinile disciplinei. Igiena alimentației	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Influența mediului ambiant asupra creșterii și dezvoltării organismului, asupra stării de sănătate	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Principiile alimentare – hidratarea, glucidele și proteinele, lipidele și vitaminele	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Mecanismele de termoreglare și călirea	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Refacerea după efort și suplimentarea alimentară	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Prevenirea accidentelor specifice domeniului	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Elemente teoretice de resuscitare cardio-respiratorie și manevra Heimlich	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Contuzii, plăgi și hemoragii	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Entorse, luxații și fracturi	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Traumatisme cranio-cerebrale: definiție, mecanisme de producere, diagnostic, prim ajutor	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Intoxicații și arsuri	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Intoxicații și arsuri	prelegerea interactivă	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Lombalgiile de efort: definiție, diagnostic, mod de prevenire	prelegerea interactivă	2 ore Drăgan I., Medicină sportivă
Lombalgiile de efort: definiție, diagnostic, mod de prevenire	prelegerea interactivă	2 ore Drăgan I., Medicină sportivă

Bibliografie
Referințe principale: Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2016 Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor, Cluj-Napoca, 2016 Drăgan I., Medicină sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1982 Drăgan I., Pop T., Medicina nucleară în practica sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1977 Drosescu P., Igiena și Controlul medical în sport, Editura Tehnopress, Iași, 2005 Referințe suplimentare: Alexandrescu C., Băjenaru Georgete, Demeter A., Practica mediciei sportive, București, Editura Medicală, 1989 Diaconescu N., Rottenberg N., Niculescu M., Noțiuni de anatomie practică, Timișoara, Editura "Facla" 1979 Dumitru C., Inima și sportul de performanță, București, Editura Sport-Turism, 1975

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Influența factorilor de mediu asupra organismului	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Intoxicații cu medicamente	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Oboseala acută și refacerea după efort	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Principii alimentare	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Primul ajutor în caz de arsuri	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Suplimentele alimentare și susținătoarele de efort	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Dopping	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Manevre de resuscitare cardio-respiratorie și manevra Heimlich	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Droscu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Primul ajutor în cazul plagilor mușcate	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș,

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
		Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Bandaje, comprese și atelări	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Primul ajutor în cazul leziunilor la nivelul coloanei vertebrale	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Primul ajutor în cazul leziunilor la nivelul coloanei vertebrale	lucrări practice	2 ore Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație și Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor
Primul ajutor în leziunile osteotendinoase	discuții tematice	2 ore Drăgan I., Medicină sportivă
Primul ajutor în leziunile osteotendinoase	discuții tematice	2 ore Drăgan I., Medicină sportivă

Bibliografie

Puni Alexandru-Rareș, Sănătate prin educație, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2016
Drosescu Paula, Puni Alexandru-Rareș, Noțiuni fundamentale de prim ajutor, Cluj-Napoca, 2016
Drăgan I., Medicină sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1982
Drăgan I., Pop T., Medicina nucleară în practica sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1977
Drosescu P., Igiena și Controlul medical în sport, Editura Tehnopress, Iași, 2005

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

--

10. Evaluare

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50	
Curs	Forma de evaluare			
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare mixtă	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	

	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
--	--------------------	---------	---------	----------------

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare orală finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)

10.4 Standard minim de performanță
Punctajul la evaluarea orală 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 orală și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Conf. Dr. ALEXANDRU RARES PUNI**

**Titular de seminar,
Specialist IOANA-ADNANA DUMBRAVU**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina							
2.1 Denumirea disciplinei			Evaluarea funcțională și testarea în kinetoterapie				
2.2 Titularul activităților de curs			Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA				
2.3 Titularul activităților de seminar			Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA				
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tip de evaluare*	E	2.7 Regimul disciplinei**	Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	6	3.2 curs	2	3.3 seminar/ laborator	4
3.4 Total ore din planul de învățământ	84	3.5 curs	28	3.6 seminar/ laborator	56
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					5
Pregătire seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					5
Examinări					5
Alte activități					6

3.7 Total ore studiu individual*	41
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

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 lucrări practice cu minim 20 locuri și instrumente de evaluare specifice

6. Obiective

- Disciplina își propune să asigure cursanților o gamă largă de cunoștințe specifice kinetoterapiei, vizând toate aparatele și marile funcții ale organismului, ce pot fi interesate direct sau indirect, ca urmare a unor perturbări ale stării de sănătate.. Abordarea acestei problematice medicale va fi făcută diferențiat, pe segmente, cu prezentarea unei game cât mai largi de manifestări clinice, în măsură de a fi cuantificate. La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:
- Cunoască, interpreteze și să înțeleagă mijloacele și tehnicile de evaluare specifice în patologia aparatului locomotor.
- Însușirea abilităților practice de lucru în evaluarea funcțională a restantului neuro-mio-artro-kinetic

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului.
- Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice.
- Demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicei specifice domeniului.

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.Noțiuni de bilanț, considerații generale.	Prelegere interactivă	2 ore
2.Bilanțul motor global și analitic.	Prelegere interactivă	2 ore
3.Evaluarea amplitudinii de mișcare - coloana vertebrală	Prelegere interactivă	2 ore
4.Evaluarea amplitudinii de mișcare - membrul superior	Prelegere interactivă	2 ore
5.Evaluarea amplitudinii de mișcare - membrul inferior	Prelegere interactivă	2 ore
6.Evaluarea forței musculare - coloana vertebrală	Prelegere interactivă	2 ore
7.Evaluarea forței musculare - membrul superior	Prelegere interactivă	2 ore
8.Evaluarea forței musculare - membrul inferior	Prelegere interactivă	2 ore
9.Evaluare posturală - deviații în plan sagital	Prelegere interactivă	2 ore
10.Evaluare posturală - deviații în plan frontal	Prelegere interactivă	2 ore
11.Evaluarea funcțională în patologia pediatrică	Prelegere interactivă	2 ore
12.Evaluarea funcțională a pacientului cu afecțiuni ortopedice	Prelegere interactivă	2 ore
13.Evaluarea funcțională a pacientului cu deficit neurologic și neuromotor	Prelegere interactivă	2 ore
14.Evaluarea capacității de efort și a bolilor cardiorespiratorii	Prelegere interactivă	2 ore

Bibliografie

Referințe principale:

- Lucaci P, Neculăeș M, Evaluarea paraclinică și funcțională a pacientului cu accident vascular cerebral ischemic, Editura Junimea, Iași, 2020
- Neculăeș M, Evaluarea funcțională a mersului în cadrul recuperării pacientului cu proteza totală de șold, Universitatea de Medicină și Farmacie Gr.T. Popa, Iași, 2012.
- Neculăeș M, Functional assessment of the patient with total hip endoprosthesis, Lambert Academic Publishing, Saarbrücken, 2014
- Patrașcu A, Sîrbu P Neculăeș M, Perțea M, Particularități ale examenului radiologic și tratamentului chirurgical al pacientului cu necroză aseptică de cap femural, Editura Junimea, Iași 2020
- Nemes I.D.A, Metode de explorare si evaluare in kinetoterapie, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 2001

Referințe suplimentare:

- Sbenge, T., Bazele teoretice și practice ale kinetoterapiei, Editura Medicală, București, 1999.
- Vlad T., Pendefunda L., Recuperarea hemiplegicului adult, Editura Contact Internațional, Iași, 1992.
- Vlad. T, Dicționar de termeni folosiți în kinetoterapie, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași, 2006.
- Vlad. T., Fiziopatologie, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași, 2006.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
1.Evaluarea practică a deficiențelor fizice	Demonstrații practice	4 ore
2.Evaluarea obiectivă și subiectivă a restantului funcțional	Demonstrații practice	4 ore
3.Evaluarea amplitudinii de mișcare - coloana vertebrală	Demonstrații practice	4 ore
4.Evaluarea amplitudinii de mișcare - membrul superior	Demonstrații practice	4 ore
5.Evaluarea amplitudinii de mișcare - membrul inferior	Demonstrații practice	4 ore
6.Evaluarea forței musculare - coloana vertebrală	Demonstrații practice	4 ore
7.Evaluarea forței musculare - membrul superior	Demonstrații practice	4 ore
8.Evaluarea forței musculare - membrul inferior	Demonstrații practice	4 ore
9.Evaluare posturală - deviații în plan sagital	Demonstrații practice	4 ore
10.Evaluare posturală - deviații în plan frontal	Demonstrații practice	4 ore
11.Evaluarea funcțională a pacientului cu afecțiuni ortopedice	Demonstrații practice	4 ore
12.Evaluarea echilibrului, mersului și a capacității de efort	Demonstrații practice	4 ore
13.Recapitulare	Demonstrații practice	4 ore
14.Evaluare practică	Demonstrații practice	4 ore

Bibliografie

- Lucaci P, Neculăeș M, Evaluarea paraclinică și funcțională a pacientului cu accident vascular cerebral ischemic, Editura Junimea, Iași, 2020
- Neculăeș M, Evaluarea funcțională a mersului în cadrul recuperării pacientului cu proteza totală de șold, Universitatea de Medicină și Farmacie Gr.T. Popa, Iași, 2012.
- Neculăeș M, Functional assessment of the patient with total hip endoprosthesis, Lambert Academic Publishing, Saarbrücken, 2014
- Patrașcu A, Sirbu P Neculăeș M, Perțea M, Particularități ale examenului radiologic și tratamentului chirurgical al pacientului cu necroză aseptică de cap femural, Editura Junimea, Iași 2020
- Nemes I.D.A, Metode de explorare si evaluare in kinetoterapie, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 2001

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

10. Evaluare

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50	
Curs	Forma de evaluare			
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale			
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare practică	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)

--	--

10.4 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 practică, să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA**

**Titular de seminar,
Lect. Dr. MIHAI-ALEXANDRU CITEA**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina											
2.1 Denumirea disciplinei			Fiziologie								
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. BOGDAN ALEXANDRU HAGIU								
2.3 Titularul activităților de seminar			Asist. Dr. DIANA VRABIE								
2.4 An de studiu		I	2.5 Semestrul		II	2.6 Tip de evaluare*		E	2.7 Regimul disciplinei**		Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	3.2 curs	2	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	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 seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					0
Examinări					4
Alte activități					10

3.7 Total ore studiu individual*	69
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

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 50 locuri, calculator și videoproiector.

6. Obiective

Informarea studenților asupra fiziologiei mediului intern, sângelui, aparatelor cardio-vascular și respirator, metabolismului, digestiei, excreției, sistemelor nervos și muscular, analizatorilor, glandelor endocrine. La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:

- Prezinte influența efortului fizic asupra activității cardiovasculare.
- Prezinte influența efortului fizic asupra activității aparatului respirator.
- Prezinte influența efortului fizic asupra activității, excreției și secrețiilor endocrine.
- Prezinte influența efortului fizic asupra activității morfofiziologiei mușchilor striati.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

• Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale. • Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor. • Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului. • Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice. • Identifică și rezolvă probleme de specialitate aplicând tehnici de lucru și de cercetare adaptate condițiilor și scopului activităților pe care le desfășoară.
--

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Compozitia si structura functionala a organismului - noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia sângelui- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia cordului- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia sistemului vascular- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia respirației- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia digestiei- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia metabolismului- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Termoreglarea- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia excreției- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia sistemului endocrin- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
		Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia muschilor striati- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Fiziologia muschilor netezi- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
Funcția motorie a sistemului nervos- noțiuni utile pentru kinetoterapie	prelegere interactivă	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.

Bibliografie

Referințe principale:

- Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.

Referințe suplimentare:

- Hagi B.A., Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice, Iași, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza din Iași, 2016.
- Hagi B.A., 2006, Fiziologie-metabolism și motricitate, Editura Pim, Iași.
- Hagi B.A., 2012, Motricitatea - o abordare fiziofarmacologica, Editura Pim, Iași.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Repartiția apei în organism și metabolismul celular - influența efortului fizic	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Plasma sangvină și elementele figurate; influența efortului fizic	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Debitul cardiac și presiunea arterială - influența efortului fizic	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Factori care condiționează circulația sângelui	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Adaptarea cardiovasculară la efort	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Volume și debite respiratorii; influența efortului fizic	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Absorbția alimentelor și rația alimentară - aplicații pentru kinetoterapie	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Necesitățile energetice ale organismului; influența efortului fizic	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagi B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Mecanismele termoreglării - aplicații pentru kinetoterapie	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagiu B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Adaptarea excreției la efort - aplicații pentru kinetoterapie	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagiu B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Influența efortului fizic asupra secrețiilor endocrine	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagiu B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Morfofiziologia mușchilor striati	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagiu B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Influența efortului fizic asupra sistemului nervos central	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagiu B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași
Analizatorii vestibular și kinestezic - bazele fiziologice ale terapiei vestibulare și prin organizare senzorială	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore, Hagiu B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași

Bibliografie

- Hagiu B.A., 2026, Fiziologie, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
- Hagiu B.A., 2009, Fiziologie generală, curs, Editura Universității „Al. I. Cuza”, Iași.
- Hagiu B.A. Motricitatea - o abordare fiziofarmacologica, Editura Pim, Iași, 2012.
- Hagiu B.A., Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice, Iași, Editura Universității „Al. I. Cuza”, 2014.

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

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50	
Curs	Forma de evaluare			
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale			
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare mixtă	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
10.2 Evaluare finală		Pondere (max. 70%)	50	
		Forma de evaluare	Verificare scrisă finală	

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)	

10.4 Standard minim de performanță	
• Punctajul la verificarea scrisă finală trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) . • Punctajul obținut la evaluările continue a seminariilor trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).	

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Conf. Dr. BOGDAN ALEXANDRU HAGIU**

**Titular de seminar,
Asist. Dr. DIANA VRABIE**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina							
2.1 Denumirea disciplinei			Gimnastica de bază				
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. CRISTINA ELENA MORARU				
2.3 Titularul activităților de seminar			Asist. Dr. ANCA-RALUCA TANASA				
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tip de evaluare*	E	2.7 Regimul disciplinei**	Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 curs	1	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	3.5 curs	14	3.6 seminar/ laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					24
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					4
Examinări					10
Alte activități					5

3.7 Total ore studiu individual*	83
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 80 locuri, laptop și videoproiector
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală de gimnastică dotată cu aparate și obiecte de gimnastică, sistem audio, laptop

6. Obiective

Obiectivul general Realizarea componentelor esteticii corporale și motrice: ținută și execuție artistică, dezvoltare fizică armonioasă Obiectivele specifice În urma parcurgerii acestei discipline studentul va fi capabil să: - Conceapă și să aplice mijloace pentru dezvoltare fizică armonioasă - Să-și însușească tehnica și metodică de predare a elementelor statice și dinamice - Conceapă și să aplice mijloace pentru dezvoltarea formelor specifice de manifestare a calităților motrice în gimnastica de bază
--

7. Competențe/Rezultate ale învățării

• Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale. • Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor. • Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului. • Proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative și de recuperare, strategii de dezvoltare organizațională, după caz. • Organizează și conduce activități specifice domeniului de competență, pentru diferite categorii de beneficiari.
--

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Istoricul și evoluția gimnasticii. Noțiuni definitorii ale disciplinei gimnastice: scop, obiective, caracteristici, ramuri.	Curs interactiv	2 ore
Terminologia gimnasticii de bază. Mijloacele gimnasticii de bază.	Curs interactiv	2 ore
Exerciții de front și formații. Poziții, mișcări de bază și derivate ale principalelor segmente corporale. Descrierea și alcătuirea desenelor în gimnastică.	Curs interactiv	2 ore
Exerciții de dezvoltare fizică generală: libere, pe perechi, cu banca de gimnastică.	Curs interactiv	2 ore
Exerciții de dezvoltare fizică generală cu bastoane, cercuri și mingi. Tehnica și metodică învățării elementelor statice.	Curs interactiv	2 ore
Exerciții pentru prevenirea și corectarea cifozei. Tehnica și metodică învățării elementelor dinamice.	Curs interactiv	2 ore
Exerciții pentru prevenirea și corectarea lordozei și scoliozei. Exerciții aplicativ-utilitare.	Curs interactiv	2 ore

Bibliografie
Moraru C. (2013). Gimnastică de bază. Editura Pim, Iași Groza Gogean G. (2015). Gimnastica de bază, Editura Pim, Iași Chera-Ferrario, B., Marinescu S. (2014). Gimnastica de bază, Editura Bibliotheca, Târgoviște Dumitru I. (2015). Gimnastica de bază – suport de curs, Editura Pim, Iași Petrea, A.M. (2016). Gimnastica de bază - îndrumar practico-metodic, Editura Universității “Ștefan cel Mare”, Suceava

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Exerciții de front și formații: formații de adunare, de lucru și de deplasare; educarea ritmicității. Educarea capacităților condiționale și coordinaive.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Exerciții de front și formații: formații de adunare, de lucru și de deplasare. Modele operaționale pentru formarea execuției artistice. Educarea capacităților condiționale și coordinaive.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Exerciții de dezvoltare fizică generală libere. Educarea capacităților condiționale și coordinaive.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Exerciții de dezvoltare fizică generală pe perechi. Educarea capacităților condiționale și coordinaive.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Exerciții de dezvoltare fizică generală cu diferite obiecte (baston, cerc, minge). Tehnica și metodică învățării unor elemente acrobatice dinamice: rulări, rostogoliri înainte și lateral.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Exerciții de dezvoltare fizică generală la diferite aparate (banca de gimnastică, scară fixă). Tehnica și metodică învățării unor elemente acrobatice dinamice: rulări, rostogoliri înapoi.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Tehnica și metodică învățării unor elemente acrobatice statice: stând pe omoplați, cumpăna pe un genunchi, cumpăna din stând. Tehnica și metodică învățării răsturnării laterale.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Tehnica și metodică învățării unor elemente acrobatice statice: pod, semisfoara, sfoara. Consolidarea elementului acrobatic: răsturnare laterală.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Consolidarea elementelor acrobatice dinamice: rulări, rostogoliri înainte, înapoi, lateral. Tehnica și metodică învățării elementelor statice: stând pe cap și stând pe mâini.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Consolidarea elementelor acrobatice: stând pe cap și stând pe mâini, răsturnare laterală. Educarea capacităților condiționale și coordinaive.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Consolidarea elementelor acrobatice statice. Conceperea unui exercițiu liber ales la sol.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Consolidarea elementelor acrobatice dinamice. Repetarea exercițiului liber ales la sol.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Prezentare referat.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore
Verificare practică periodică.	Explicație, demonstrație, exersare	2 ore

Bibliografie
Moraru C. (2013). Gimnastică de bază. Editura Pim, Iași Groza Gogean G. (2015). Gimnastica de bază, Editura Pim, Iași Chera-Ferrario, B., Marinescu S. (2014). Gimnastica de bază, Editura Bibliotheca, Târgoviște Dumitru I. (2015). Gimnastica de bază – suport de curs, Editura Pim, Iași Petrea, A.M. (2016). Gimnastica de bază - îndrumar practico-metodic, Editura Universității “Ștefan cel Mare”, Suceava.

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

Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (cluburi sportive școlare, asociații sportive, cluburi particulare, cabinete de kinetoterapie) respectând cerințele domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale.
--

10. Evaluare

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50	
Curs	Forma de evaluare		Verificare scrisă	
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare practică	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	

	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
--	--------------------	---------	---------	----------------

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)

10.4 Standard minim de performanță
Punctajul la verificarea periodică practică și referat trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5). Punctajul final (media) se face prin însumarea rezultatului de la verificarea periodică practică și referat + verificarea scrisă finală / 2 și trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Conf. Dr. CRISTINA ELENA MORARU**

**Titular de seminar,
Asist. Dr. ANCA-RALUCA TANASA**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina											
2.1 Denumirea disciplinei			Kinetoprofilaxie								
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. VERONICA POPESCU								
2.3 Titularul activităților de seminar			Conf. Dr. VERONICA POPESCU								
2.4 An de studiu		I	2.5 Semestrul		I	2.6 Tip de evaluare*		C	2.7 Regimul disciplinei**		Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 curs	1	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	3.5 curs	14	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					20
Pregătire seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					10
Examinări					4
Alte activități					4

3.7 Total ore studiu individual*	83
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

Nu este cazul

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 100 locuri, laptop și tablă smart / interactivă
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală de curs cu minim 100 locuri, laptop și tablă smart / interactivă Sală pentru aplicații practice

6. Obiective

Obiectiv general Să dețină cunoștințe și competențe specifice domeniului educație fizică, sport și kinetoterapie în vederea utilizării acestora în procesul profilactic. Obiectiv specific Să adapteze și să aplice metodele și mijloacele specifice domeniului educației fizice, sportului și kinetoterapiei în procesul de kinetoprofilaxie (primară, secundară, terțiară) Să depisteze deficiențele și diferite afecțiuni prin observație, teste și măsurători specifice.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale. - Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului. - Argumentează în mod autonom și responsabil aplicarea cunoștințelor teoretice și practice. - Demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului.
--

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Kinetoprofilaxia – conceptualizare generală, clasificare	Prelegere interactivă	(2 ore) Popescu, V. - note de curs
Exercițiul fizic – mijloc de acționare de bază în kinetoprofilaxie	Prelegere interactivă	(2 ore) Popescu, V. - note de curs
Calități și deprinderi motrice de bază – instrumente specifice și adaptabile kinetoprofilaxiei	Prelegere interactivă	(2 ore) Popescu, V. - note de curs
Principii didactice aplicate în realizarea programelor de kinetoprofilaxie	Prelegere interactivă	(2 ore) Popescu, V. - note de curs
Teste si masuratori specifice pentru evaluarea dezvoltării fizice armonioase, a sănătății și funcționalității generale. Identificarea factorilor de risc.	Prelegere interactivă	(2 ore) Popescu, V. - note de curs
Kinetoprofilaxia adaptată vârstelor și anumitor situații (sarcină)	Prelegere interactivă	(2 ore) Popescu, V. - note de curs
Metodologia realizării programelor de kinetoprofilaxie.	Prelegere interactivă	(2 ore) Popescu, V. - note de curs

Bibliografie
Balint, N.-T. (2024). Kinetoprofilaxie (Ediția a II-a, revizuită și adăugită), Editura „Alma Mater”, Bacău, ISBN 978-606-527-717-5. Ganciu, M., & Ganciu, O. M. (2015). Prophylaxis and Movement Therapy. București, Editura Universității din București. ISBN 978-606-16-0542-2. Ionescu, G., & Ilinca, I. (2021). Kinetoprofilaxia practică. Editura Universitaria, Craiova Olteanu, M.-I. (2024). Kinetoprofilaxia și kinetoterapia în bolile metabolice. Editura Universității Transilvania din Brașov. ISBN 978-606-19-1749-5 Pătru, S., Matei, D., Marinescu, L., & Macovei-Moraru, M. (2021). Kinetoprofilaxie. Editura Medicală Universitară

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Importanța kinetoprofilaxiei în societatea contemporană - rolul prevenției în diferite contexte (școală, muncă, bătrânețe)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Factorii care influențează starea de sănătate și rolul mișcării în menținerea acesteia. Sedentarism vs. activitate fizică; Stresul, alimentația, somnul – interacțiunea cu exercițiul fizic	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Kinetoprofilaxia în perioada de creștere și dezvoltare (copii și adolescenți) – factori favorizanți și limitativi Activități fizice recomandate în funcție de vârstă	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Implicarea calităților motrice în formarea posturii corecte, dezvoltare fizica armonioasa si creșterea capacității de efort (Exerciții specifice pentru fiecare categorie)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Rolul și implicarea deprinderilor motrice de bază și utilitar aplicative în kinetoprofilaxie (Deprinderi motrice de bază: mers, alergare, sărituri, aruncări; Deprinderi motrice utilitar aplicative: cățărare, târâre, escaladare etc...)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Rolul kinetoprofilaxiei în prevenția afecțiunilor musculo-scheletale (Exerciții corective pentru postura incorectă, prevenția scoliozei, cifozei, lordozei)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Programe de kinetoprofilaxie la locul de muncă (Exerciții adaptate pentru prevenția afecțiunilor determinate de munca sedentară sau repetitive)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Igiena activității fizice – reguli de bază pentru o practică profilactică eficientă (Încălzirea, dozarea efortului, respirația, hidratarea, echipamentul)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Programe de kinetoprofilaxie în comunitate, Rolul kinetoterapeutului în educația pentru sănătate (Campanii de conștientizare și prevenție, Activități adaptate)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Importanța exercițiului fizic în prevenția bolilor cardiovasculare (Programe de activitate fizică adaptate pentru prevenție)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Kinetoprofilaxia în vârstă a treia (Exerciții adaptate, mobilitate și autonomie funcțională)	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Metode de realizarea a prevenției prin activități fizice sportive și mijloace asociate	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Sportul ca metodă de profilaxie: beneficii și limite	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)
Kinetoprofilaxia în sportul de performanță	Demonstrația și explicația	2 ore (note de curs, studiu suplimentar)

Bibliografie
Balint, N.-T. (2024). Kinetoprofilaxie (Ediția a II-a, revizuită și adăugită), Editura „Alma Mater”, Bacău, ISBN 978-606-527-717-5.
Ganciu, M., & Ganciu, O. M. (2015). Prophylaxis and Movement Therapy. București, Editura Universității din București. ISBN 978-606-16-0542-2.
Ionescu, G., & Ilinca, I. (2021). Kinetoprofilaxia practică. Editura Universitaria, Craiova
Olteanu, M.-I. (2024). Kinetoprofilaxia și kinetoterapia în bolile metabolice. Editura Universității Transilvania din Brașov. ISBN 978-606-19-1749-5
Pătru, S., Matei, D., Marinescu, L., & Macovei-Moraru, M. (2021). Kinetoprofilaxie. Editura Medicală Universitară

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

Conținutul disciplinei Kinetoprofilaxie este adaptat cerințelor actuale ale domeniului și așteptărilor angajatorilor, urmărind dezvoltarea competențelor de evaluare, prevenire a deficiențelor funcționale și promovare a unui stil de viață sănătos, în concordanță cu nevoile comunității și standardele profesionale.

10. Evaluare				
10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)		30
Curs	Forma de evaluare		Verificare orală	
	Pondere		50	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare practică	
	Pondere		50	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	

	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
--	--------------------	---------	---------	----------------

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	70
	Forma de evaluare	Verificare orală finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)
Participarea la evaluarea finală este condiționată de obținerea notei 5 (minim), obținută după parcurgerea lucrărilor practice.

10.4 Standard minim de performanță
Condiții de prezență: curs 50%, lucrări practice 90 %. Minimum nota 5 (cinci) la verificarea practică și la examenul oral.

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Conf. Dr. VERONICA POPESCU**

**Titular de seminar,
Conf. Dr. VERONICA POPESCU**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina											
2.1 Denumirea disciplinei			Masaj și tehnici complementare								
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. RALUCA MIHAELA ONOSE								
2.3 Titularul activităților de seminar			Drd. MADALINA-ELENA MAXIMOV								
2.4 An de studiu		I	2.5 Semestrul		I	2.6 Tip de evaluare*		E	2.7 Regimul disciplinei**		Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	6	3.2 curs	2	3.3 seminar/ laborator	4
3.4 Total ore din planul de învățământ	84	3.5 curs	28	3.6 seminar/ laborator	56
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 seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					5
Examinări					5
Alte activități					6

3.7 Total ore studiu individual*	41
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

Nu este cazul.

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu minim 82 de locuri, calculator și videoproiector
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Laborator de kinetoterapie cu 30 de locuri, tablă interactivă, mese de masaj și dotări specifice

6. Obiective

Însușirea cunoștințelor din domeniul activității de masaj și a unor tehnici complementare de masaj.
La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:

- Cunoască noțiuni teoretice cu privire la practicarea masajului.
- Cunoască indicații și contraindicații ale aplicării masajului de tip igienic, terapeutic și sportiv.
- Dobândească abilități (manualitate) în aplicarea masajului.
- Cunoască detalii cu privire la organizarea și desfășurarea activității de masaj.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.
- Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului.

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Noțiuni introductive a. Istoricul evoluției și importanța masajului b. Clasificarea masajului Organizarea activității (pregătirea cadrelor, domenii de aplicare)	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Reguli de practicare a masajului a. Spații destinate masajului, reguli de igienă a spațiilor, reguli de igienă pentru masor, pentru pacient (subiect) Indicații și contraindicații pentru masaj	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Descrierea manevrelor principale de masaj a. Manevrelor principale de masaj, netezirea (effleuraje), execuția tehnică Manevrele principale de masaj, fricțiunea (frământatul superficial)	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Descrierea manevrelor principale de masaj a. Manevrelor principale de masaj, frământat (petrissage) b. Manevrelor principale de masaj, tapotament Manevrele principale de masaj, vibrații	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Descrierea manevrelor auxiliare de masaj Cuta, ciupitul, pensatul, rulatul, cernutul, tracțiunea.	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Efectele masajului asupra organismului a. Efectele netezirii, fricțiunii, frământatului, tapotamentului, vibrațiilor, asupra țesuturilor Efectele generale ale masajului asupra organismului	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Automasajul a. Tehnica și pozițiile din care se execută automasajul (membrelor inferioare, membrelor superioare, abdomenului, spatelui, capului, feței) Efectele automasajului	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Alte procedee și tehnici de masaj a. Crioterapia, duș masajul, masajul cu aer cald, sauna Efectele procedeele (crioterapia, duș masajul, masajul cu aer cald, sauna)	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Tehnici complementare de masaj Reflexoterapia	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Tehnici complementare de masaj Masajul cu ventuze	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Tehnici complementare de masaj Trigger Points	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Tehnici complementare de masaj Drenajul limfatic	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Tehnici complementare de masaj Presopunctura	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Masajul în familie Masajul bebelușului	prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)

Bibliografie

1. Onose R.M., Masaj -Ghid metodico-practic, Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2024.
2. Bălțeanu V., Curs - Masajul în traumatologia sportivă, Ed. Univ. „Alexandru I. Cuza”, Iași, 2014.
3. Cioroiu S.G., Masaj terapeutic în diferite afecțiuni, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2017.
4. Ivan S., - Masoterapie practică, Editura Meteor Press, 2014
5. Oșean L., – Curs de masaj: tehnici de masaj, București, 2017.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Introducere a. Prezentarea obiectivelor și structurii cursului b. Rolul și importanța masajului în sănătatea generală c. Principii generale, indicații și contraindicații în masaj	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Prezentarea principalelor procedee de masaj. Introducere în procedeele de netezire, fricțiune și frământat aplicate la nivelul spatelui a. Învățarea și aplicarea tehnicilor de netezire, fricțiune și frământat pe spate b. Efectele asupra pielii, mușchilor, circulației și relaxării organismului c. Indicații și contraindicații pentru aceste tehnici	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Recapitulare: netezire, fricțiune și frământat la nivelul spatelui a. Exersarea și consolidarea procedeele învățate b. Observarea efectelor practice asupra țesuturilor și confortului pacientului c. Corectarea greșelilor și ajustarea manevrelor	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Prezentarea procedeele tapotament și vibrații la nivelul spatelui a. Învățarea tapotamentului și vibrațiilor și aplicarea lor corectă b. Efectele asupra tonusului muscular și stimulării circulației c. Precauții, indicații și contraindicații	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Recapitulare tuturor procedeele aplicate la nivelul spatelui a. Revizuirea tuturor procedeele: netezire, fricțiune, frământat, tapotament, vibrații b. Efecte integrate asupra spatelui și relaxării generale c. Evaluarea corectitudinii execuției și ajustarea procedeele	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Masajul zonei cervicale și al zonei lombare (abordate separat) a. Aplicarea tehnicilor specifice pe zona cervicală și zona lombară b. Efectele asupra musculaturii, mobilității și circulației locale c. Indicații, contraindicații și precauții pentru fiecare zonă	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Introducere în masajul membrelor inferioare și introducere în reflexoterapie a. Tehnici de masaj aplicate la nivelul membrelor inferioare b. Efectele asupra musculaturii, circulației venoase și limfatice c. Introducere în reflexoterapie și concepte de bază d. Indicații și contraindicații ale masajului la nivelul membrelor inferioare	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Recapitularea masajului la nivelul membrelor inferioare și a reflexoterapiei și introducerea conceptelor de drenaj limfatic a. Consolidarea tehnicilor aplicate la nivelul membrelor inferioare și aplicarea tehnicilor reflexoterapeutice b. Introducerea și aplicarea conceptelor de drenaj limfatic c. Evaluarea efectelor și corectarea manevrelor d. Precauții și contraindicații	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Introducere în masajul membrelor superioare și concepte de aplicare a drenajului limfatic la nivelul acestora a. Învățarea procedeele principale de masaj pentru membrul superior	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
b. Efectele asupra pielii, mușchilor, circulației venoase și limfatice c. Aplicarea tehnicilor de drenaj limfatic d. Indicații și contraindicații ale masajului la nivelul membrelor superioare		
Recapitularea masajului aplicat la nivelul membrului superior și a noțiunilor de drenaj limfatic și introducere în masajul abdomenului a. Consolidarea tehnicilor aplicate la nivelul membrelor superioare și a noțiunilor de drenaj limfatic b. Introducerea masajului abdominal și efectele sale c. Evaluarea integrată a procedeeleor d. Precauții și contraindicații	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Recapitularea masajului abdominal și introducere în masajul facial a. Efecte asupra sistemului digestiv, musculaturii faciale și relaxării generale b. Observarea reacțiilor pacientului și ajustarea manevrelor c. Indicații și contraindicații	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Recapitularea masajului facial și introducere în terapia punctelor trigger a. Consolidarea tehnicilor de masaj facial b. Identificarea și aplicarea terapiei punctelor trigger c. Efectele asupra musculaturii, circulației locale și relaxării d. Precauții și contraindicații	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Recapitulare generală a. Revizuirea tuturor procedeeleor și tehnicilor învățate la nivelul tuturor segmentelor b. Evaluarea efectelor și corectarea manevrelor c. Integrarea procedeeleor pentru aplicații practice complete	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Evaluare finală a. Evaluare practică b. Evaluarea teoretică: efectele masajului asupra pielii, mușchilor, circulației venoase și limfatice, și organismului în ansamblu c. Aplicarea corectă a manevrelor, sensului, prizelor și presiunilor d. Respectarea indicațiilor și contraindicațiilor	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice	4 ore (1, 2, 3, 4, 5)

Bibliografie

1. Onose R.M., Masaj -Ghid metodico-practic, Editura Risoprint, Cluj Napoca, 2024.
2. Bălțeanu V., Curs - Masajul în traumatologia sportivă, Ed. Univ. „Alexandru I. Cuza”, Iași, 2014.
3. Cioroiu S.G., Masaj terapeutic în diferite afecțiuni, Editura Universității Transilvania, Brașov, 2017.
4. Ivan S., - Masoterapie practică, Editura Meteor Press, 2014
5. Oșean L., - Curs de masaj: tehnici de masaj, București, 2017.

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 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

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50	
Curs	Forma de evaluare		Verificare scrisă	
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Nu	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare practică	

	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)
Adaptarea examenelor teoretice și practice pentru studenții cu cerințe educaționale speciale, prin modificarea conținutului, a duratei și a metodei de evaluare, pentru a asigura accesibilitate și echitate în procesul de examinare.

10.4 Standard minim de performanță
Nota 5 la verificarea practică Nota 5 la verificarea scrisă finală

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Conf. Dr. RALUCA MIHAELA ONOSE**

**Titular de seminar,
Drd. MADALINA-ELENA MAXIMOV**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina								
2.1 Denumirea disciplinei			Semiologie					
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. BOGDAN ALEXANDRU HAGIU					
2.3 Titularul activităților de seminar			Asist. Dr. DIANA VRABIE					
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tip de evaluare*	C	2.7 Regimul disciplinei**	Ob	

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 curs	1	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	3.5 curs	14	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 seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					0
Examinări					4
Alte activități					19
3.7 Total ore studiu individual*					83
3.8 Total ore pe semestru					125
3.9 Numărul de credite					5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

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 50 locuri, calculator și videoproiector.

6. Obiective

Prezentarea semnelor bolilor aparatelor circulator, respirator, excretor, sistemelor nervos si muscular, explicate pe baza fiziopatologiei. Accentul este pus pe endocrinopatii și afecțiuni musculo-scheletale.La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: • Descrie semnele clinice cu importanță pentru kinetoterapeut. • Descrie simptomele importante pentru kinetoterapeut și să explice importanța lor pentru diagnosticul bolilor. • Utilizeze în mod practice informațiile conținute în curs pentru alcatuirea unui program de kinetoterapie adecvat. • Analizeze evoluția pacientului sub tratament.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

• Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale. • Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor. • Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului. • Colectează, selectează și prelucrează date utilizate în scopul interpretării rezultatelor teoretice și experimentale. • Proiectează, planifică și evaluează programe formative, educative și de recuperare, strategii de dezvoltare organizațională, după caz.
--

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Noțiuni de bază ale semiologiei; hipo și hipertermia.	prelegere interactivă	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia bolilor sangvine; semiologia afecțiunilor cardiovasculare.	prelegere interactivă	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia bolilor respiratorii; semiologia bolilor digestive.	prelegere interactivă	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia bolilor aparatului excretor; semiologia tulburărilor echilibrului acido-bazic si hidroelectrolitic.	prelegere interactivă	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia tulburărilor echilibrului fosfo-calcic; semiologia tulburărilor endocrine și metabolice.	prelegere interactivă	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia afecțiunilor sistemului nervos; semiologia afecțiunilor musculare.	prelegere interactivă	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia afecțiunilor degenerative; elemente de semiologie farmacotoxicologică.	prelegere interactivă	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.

Bibliografie Referințe principale: • Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026. • Hagi B.A. Fiziologie patologica, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2011. • Hagi B.A. Elemente de fiziopatologie si semiologie in kinetoterapie, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2014. Referințe suplimentare: • Badescu M., Ciocoiu M., Special Pathophysiology, Editura Karro, 2003. • Kiss I. - Fiziokinetoterapia și recuperarea medicală, Ed. Med., 1999
--

- Bruckner I. Semiologie medicala, Editura Medicala, 2011.
- Bogdan-Alexandru Hagi, 2012, Motricitatea - o abordare fiziofarmacologica, Editura Pim, Iasi.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Tipurile constituționale.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semnele sindromului de supraantrenament.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Capacitatea de efort în boli ale sângelui.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia tulburărilor de ritm și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia insuficienței cardiace și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia insuficienței respiratorii și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia aparatului digestiv și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia aparatului urinar și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Osteoporoza, rahitismul și osteomalacia – elemente de semiologie și fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia bolilor endocrine și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia neurologică și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia afecțiunilor musculo-scheletale și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Semiologia afecțiunilor degenerative și elemente de fiziopatologie.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.
Efectele adverse ale medicației sistemului nervos, vitaminoterapiei, hormonoterapiei, suplimentării minerale și proteice.	prezentare de referate și discuții tematice	2 ore; Hagi B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026.

Bibliografie
• Hagiu B.A. Semiologie, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2026. • Hagiu B.A. Elemente de fiziopatologie si semiologie in kinetoterapie, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2014. • Hagiu B.A. Elemente de farmacologie și terapia durerii, curs, Editura Univ. Al.I. Cuza, Iasi, 2017.

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 semiologie si fiziopatologie, adaptate specificului kinetoterapiei și ergofiziologiei activităților fizice, adecvate domeniului KINETOTERAPIE. Abordarea lor se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate și pe sintezele și corelațiile efectuate de autorul cursului. Tematica disciplinei acoperă concepte majore relevante privind mecanismele și semnele bolilor cu importanță pentru pregătirea viitorului specialist în kinetoterapie.

10. Evaluare

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50	
Curs	Forma de evaluare			
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale			
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare mixtă	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)

10.4 Standard minim de performanță
• Punctajul la verificarea scrisă finală trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) . • Punctajul obținut la evaluările continue a seminariilor trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,
17.09.2026

Titular de curs,
Conf. Dr. BOGDAN ALEXANDRU HAGIU

Titular de seminar,
Asist. Dr. DIANA VRABIE

Data avizării în departament,
18.09.2026

Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina							
2.1 Denumirea disciplinei			Tehnici de manevrare a bolnavului				
2.2 Titularul activităților de curs			Conf. Dr. RALUCA MIHAELA ONOSE				
2.3 Titularul activităților de seminar			Specialist IOANA-ADNANA DUMBRAVU				
2.4 An de studiu	I	2.5 Semestrul	II	2.6 Tip de evaluare*	E	2.7 Regimul disciplinei**	Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	3.2 curs	2	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	3.5 curs	28	3.6 seminar/ laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele					19
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					10
Examinări					10
Alte activități					10

3.7 Total ore studiu individual*	69
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

Nu este cazul.

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu 82 de locuri, tablă interactivă.
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	Laborator de kinetoterapie cu 30 de locuri, tablă interactivă, dotări specifice: aparate și obiecte pentru evaluare și aplicații practice (banchete, cârje, cadre, fotolii rulante, rulouri).

6. Obiective

Înșușirea cunoștințelor din domeniul tehnicilor și manevrelor utilizate în practica de zi cu zi a kinetoterapeutului. La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: • Cunoască particularitățile metodico-practice de aplicare a manevrelor realizate atât la patul pacientului cât și în sala de kinetoterapie. • Dobândească cunoștințe cu privire la recuperarea mersului prin intermediul diferitelor aparate ajutătoare. • Cunoască metode de auto-protecție a kinetoterapeutului pe parcursul manevrării.
--

7. Competențe/Rezultate ale învățării

• Organizează și conduce activități specifice domeniului de competență, pentru diferite categorii de beneficiari. • Demonstrează autonomie în analiza și caracterizarea problematicii specifice domeniului. • Exerciță diferite roluri în cadrul echipelor interdisciplinare (inclusiv rolul de coordonator al acestora).

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Introducere în disciplina ”Tehnici de manevrare a bolnavului”	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Asistentul în fața pacientului. Principii și obiective ale asistenței la domiciliu.	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Organizarea activității asistentului. Îngrijiri medicale specifice.	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Îngrijiri corporale de bază - activități ale vieții zilnice. Alimentația pacientului imobilizat	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Îngrijiri corporale de bază - activități ale vieții zilnice. Imbrăcarea / dezbrăcarea hainelor, ergonomia locuinței / locului de muncă	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Sisteme de manevrare a pacientului. Poziții și măsuri de autoprotecție a kinetoterapeutului.	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Reacțiile organismului în condițiile reducerii mișcării. Modificări fiziologice ce apar la nivelul musculaturii, sistemului osos și aparatului cardio-vascular	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Reacțiile organismului în condițiile reducerii mișcării. Modificări fiziologice ce apar la nivelul aparatului respirator, digestiv și renal	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Reacțiile organismului în condițiile reducerii mișcării. Modificări fiziologice ce apar la nivelul sistemului nervos și la nivelul tegumentului	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Reacțiile organismului în condițiile reducerii mișcării. Modificări fiziologice ce apar la nivelul metabolismului și la nivelul psihicului	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Reacțiile organismului în condițiile reducerii mișcării. Modalități de prevenire sau reducere a efectelor imobilizării.	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Mobilizarea pasivă a pacienților imobilizați. Modalități de realizare a mobilizărilor pasive în funcție de diagnosticul pacientului	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Mijloace ajutătoare în vederea menținerii ortostatismului și asistarea mersului.	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Utilizarea fotoliului rulant și modalități de evitare a escarelor.	Prelegere interactivă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)

Bibliografie
1. Onose, R.M. Tehnici de manevrare a bolnavului - Note de curs, 2025. 2. Hodorcă, R.M. Metode și tehnici în kinetoterapie, Editura PIM, Iași, 2017. 3. Albu, A., Albu, C., Petcu, I. Asistența în familie a persoanei cu deficiență funcțională, Editura Polirom, Iași, 2001. 4. Pădure, L., Drăgan F.C. Metodologie si tehnici de kinetoterapie, Editura Național, 2024. 5. Oglinda, T., Rogozea, L. Îngrijirea pacienților, Editura Creator, Brașov, 2018.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Măsuri de autoprotecție a kinetoterapeutului.	Explicații Demonstrații Exersare	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
	Aplicații practice Lucru în echipă	
Sisteme de manevrare a pacientului. Poziții ale pacientului ce facilitează manevrarea.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Sisteme de manevrare a pacientului. Principalele acțiuni ale asistentului.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Manevrarea pacientului. Întoarcerile.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Manevrarea pacientului. Deplasarea laterală în pat.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Manevrarea pacientului. Ridicarea și deplasarea.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Manevrarea pacientului. Transferul în și din pat.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Poziționarea corectă a pacientului. Principiile poziționării.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Poziționarea corectă a pacientului. Drenajul postural.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Poziționarea corectă a pacientului. Drenajul postural.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Mersul cu ajutorul cârjelor și bastoanelor. Metodologia dezvoltării echilibrului, dobândirea forței în brațe.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Mersul cu ajutorul cârjelor și bastoanelor. Însușirea căderilor și a ridicării din cădere.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Mersul cu ajutorul cârjelor și bastoanelor. Însușirea căderilor și a ridicării din cădere.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Deplasarea cu ajutorul fotoliului rulant. Deplasarea înainte-înapoi cu fotoliu rulant, cu ajutor și fără însoțitor. Întoarcerile cu ajutorul fotoliului rulant.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Deplasarea cu ajutorul fotoliului rulant. Urcarea și coborârea bordurilor/scărilor cu ajutorul fotoliului rulant.	Explicații Demonstrații Exersare Aplicații practice Lucru în echipă	2 ore (1, 2, 3, 4, 5)
Verificare practică	Demonstrații Aplicații practice	2 ore

Bibliografie

1. Onose, R.M. Tehnici de manevrare a bolnavului - Note de curs, 2025.
2. Hodorcă, R.M. Metode și tehnici în kinetoterapie, Editura PIM, Iași, 2017.
3. Albu, A., Albu, C., Petcu, I. Asistența în familie a persoanei cu deficiență funcțională, Editura Polirom, Iași, 2001.
4. Pădure, L., Drăgan F.C. Metodologie si tehnici de kinetoterapie, Editura Național, 2024.
5. Oglinda, T., Rogozea, L. Ingrijirea pacienților, Editura Creator, Brașov, 2018.

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

Temele de curs și lucrări practice 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 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				
10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)		50
Curs	Forma de evaluare			
	Pondere		0	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Nu	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare practică	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare scrisă finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)
Adaptarea examenelor teoretice și practice pentru studenții cu cerințe educaționale speciale, prin modificarea conținutului, a duratei și a metodei de evaluare, pentru a asigura accesibilitate și echitate în procesul de examinare.

10.4 Standard minim de performanță
Nota 5 pentru verificarea practică. Nota 5 pentru verificarea scrisă finală.

**Data completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Conf. Dr. RALUCA MIHAELA ONOSE**

**Titular de seminar,
Specialist IOANA-ADNANA DUMBRAVU**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**

**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	DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT
1.4 Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială

2. Date despre disciplină

2. Date despre disciplina											
2.1 Denumirea disciplinei			Teoria activităților motrice								
2.2 Titularul activităților de curs			Asist. Dr. FLORENTINA PETRUTA MARTINAS								
2.3 Titularul activităților de seminar			Asist. Dr. FLORENTINA PETRUTA MARTINAS								
2.4 An de studiu		I	2.5 Semestrul		I	2.6 Tip de evaluare*		E	2.7 Regimul disciplinei**		Ob

*E – Examen / C – Colocviu / V – Verificare

**OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	3.2 curs	1	3.3 seminar/ laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	3.5 curs	14	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 seminare/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					7
Examinări					6
Alte activități					0

3.7 Total ore studiu individual*	83
3.8 Total ore pe semestru	125
3.9 Numărul de credite	5

4. Precondiții - De curriculum (dacă este cazul)

--

5. Condiții (dacă este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Sală de curs cu 75 locuri, calculator și videoproiector sau smart TV
5.2 De desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală de seminar cu 30 locuri, videoproiector sau smart TV, whiteboard

6. Obiective

Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea noțiunilor de bază ale științei sportului și educației fizice.

La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:

- 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.

7. Competențe/Rezultate ale învățării

- Studentul/Absolventul explică și interpretează concepte generale, principii și metode de bază din domeniul motricității umane, al organizării și conducerii activității specifice domeniului, în contexte formative, educative, competiționale, terapeutice și organizaționale.
- Studentul/Absolventul explică și aplică în mod creativ, achizițiile teoretice și practice din domeniul educației fizice și sportului, al kinetoterapiei și al managementului în sport, prin adaptarea și particularizarea intervențiilor.
- Interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii educației fizice, sportului, kinetoterapiei și ale managementului.

8. Conținut

8.1 Curs	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Noțiuni fundamentale- educația fizică și sportul, mișcare, act motric, acțiune motrică, activitate motrică, antrenament sportiv, dezvoltare fizică, capacitate motrică	prelegerea interactivă	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Componentele proceselor instructiv-educative ale educației fizice și sportului: calitățile motrice- forța și viteza	prelegerea interactivă	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Componentele proceselor instructiv-educative ale educației fizice și sportului: calitățile motrice- rezistența și îndemnarea	prelegerea interactivă	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Componentele proceselor instructiv-educative ale educației fizice și sportului: deprinderile și priceperile motrice	prelegerea interactivă	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Educația fizică și sportul ca fenomene sociale: originea EFS; evoluția fenomenului practicării exercițiilor fizice; idealul EFS; funcțiile EFS; obiectivele EFS; educația fizică și sportivă în contextul educației permanente	prelegerea interactivă	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Sistemul mijloacelor în educația fizică și sport	prelegerea interactivă	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Principiile didactice (de instruire) generale în educația fizică, sportivă și kinetoterapie	prelegerea interactivă	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020

Bibliografie

Cojocariu, A. & Martinaș, F.P. (2022), Teoria și metodica educației fizice și sportului- curs, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași.

Cojocariu, A. & Martinaș, F.P. (2020), Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice- curs, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași.

Cojocariu, A. (2010), Fundamentele teoretice ale educației fizice și sportului, Editura PIM, Iași.

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Teoria și metodica educației fizice și sportului- disciplină științifică	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Noțiuni fundamentale- educația fizică și sportul	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020

8.2 Seminar / Laborator	Metode de predare	Observații (ore și referințe bibliografice)
Noțiuni fundamentale- mișcare, act motric, acțiune motrică, activitate motrică, antrenament sportiv, dezvoltare fizică, capacitate motrică	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Activitățile ludice (de joc)	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Componentele proceselor instructiv-educative ale educației fizice și sportului: calitățile motrice- forța și viteza	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Componentele proceselor instructiv-educative ale educației fizice și sportului: calitățile motrice- rezistența și îndemânarea	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Componentele proceselor instructiv-educative ale educației fizice și sportului: deprinderile și priceperile motrice	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Educația fizică și sportul ca fenomene sociale: originea EFS; evoluția fenomenului practicării exercițiilor fizice; idealul EFS; funcțiile EFS	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Educația fizică și sportul ca fenomene sociale: obiectivele EFS; educația fizică și sportivă în contextul educației permanente	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Sistemul mijloacelor în educație fizică și sport	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Sistemul mijloacelor în educație fizică și sport: exercițiul fizic	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Sistemul mijloacelor în educație fizică și sport: exercițiul fizic	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Principiile didactice (de instruire) generale în educația fizică, sportivă și kinetoterapie	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020
Principiile didactice (de instruire) generale în educația fizică, sportivă și kinetoterapie	Explicația, problematizarea, învățarea prin cooperare	2 ore Cojocariu & Martinaș, 2020

Bibliografie

Cojocariu, A. & Martinaș, F.P. (2022), Teoria și metodică educației fizice și sportului- curs, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași.
 Cojocariu, A. & Martinaș, F.P. (2020), Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice- curs, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași.
 Cojocariu, A. (2010), Fundamentele teoretice ale educației fizice și sportului, Editura PIM, Iași.

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

10.1 Evaluare continuă		Pondere (min. 30%)	50
Curs	Forma de evaluare		
	Pondere		0
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		

	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare
Seminar / Laborator	Forma de evaluare		Verificare mixtă	
	Pondere		100	
	Nepromovarea Evaluării continue determină nepromovarea Evaluării finale		Da	
	Metode de evaluare	Detalii	Pondere	cu reexaminare

10.2 Evaluare finală	Pondere (max. 70%)	50
	Forma de evaluare	Verificare orală finală

10.3 Mențiuni (situații speciale în evaluare)	

10.4 Standard minim de performanță
Punctajul la evaluarea scrisă și la evaluările curente trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

**Data
completării,
17.09.2026**

**Titular de curs,
Asist. Dr. FLORENTINA PETRUTA
MARTINAS**

**Titular de seminar,
Asist. Dr. FLORENTINA PETRUTA
MARTINAS**

**Data avizării în departament,
18.09.2026**

**Director de departament,
Prof. Dr. BOGDAN CONSTANTIN UNGUREAN**