

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație fizică și sport
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Anatomie funcțională		2.2. Cod disciplină	EFS I 01			
2.3. Titularul activității de curs	Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos						
2.4. Titularul activității de seminar	Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos						
2.5. Anul de studiu	1	2.6. Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare (E)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Număr ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					17
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					16
Tutoriat					14
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	69				
3.8 Total ore din planul de învățământ	56				
3.9 Total ore pe semestru	125				
3.10 Numărul de credite	5				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul
4.2. de competențe	Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Prezența obligatorie 50%
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Prezența obligatorie, Pregătirea referatelor

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1 Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă).
Competențe transversale	Nu este cazul

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Cursul are menirea de a asigura dobândirea de către studenți a unor noțiuni fundamentale privind anatomia umană, structura microscopică și macroscopică a organismului uman, atât ca întreg, precum și, analitic, pe aparate și sisteme, cu accent pe anatomia aparatului locomotor, având în vedere specificul specializărilor de la nivelul studiilor universitare de licență.
---------------------------------------	--

	Cursul are menirea de a prezenta principalele regiuni topografice ale corpului, de a analiza biomecanica principalelor articulații ale corpului, de a descrie din punct de vedere biomecanic principalele mișcări ale corpului în cadrul activității fizice
7.2 Obiectivele specifice	Înșușirea teoretică și practică a noțiunilor legate de principalele elemente anatomice ale aparatului locomotor, în special și a organismului uman, în general. Deprinderea de a efectua bilanțul articular la nivelul articulațiilor membrului superior, inferior și al coloanei vertebrale

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Noțiuni generale de anatomie topografică: definiție, terminologie, poziția anatomică, planuri anatomice.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Osteologia: definiție, noțiuni elementare. Sistemul osos: prezentare generală a țesutului osos, clasificarea oaselor, vascularizația și inervația oaselor.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Scheletul capului. Scheletul trunchiului: anatomia coloanei vertebrale, a coastelor și a sternului.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Scheletul membrului superior: centura scapulară (clavicula și omoplatul), humerusul, radiusul și ulna, scheletul mâinii. Scheletul membrului inferior: centura pelvină (coxalul), femurul, tibia și peroneul, scheletul piciorului.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Artrologia: noțiuni elementare. Articulațiile: definiție, clasificare, structura unei diartroze. Tipurile de mișcări articulare. Anatomia articulațiilor mari (ale umărului, cotului, șoldului și genunchiului).	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Miologia: noțiuni elementare. Mușchii: definiție, clasificare, inervația și vascularizația mușchiului striat scheletic, structura microscopică a fibrei musculare, organizarea mușchiului; anexele mușchilor (fascii, retinacule etc.).	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Sistemul muscular. Mușchii capului. Mușchii membrelor superioare: ai umărului, brațului, antebrățului și mâinii. Mușchii membrelor inferioare: ai șoldului, coapsei, gambei și piciorului.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Sistemul nervos: structură generală; sistemul nervos central (emisferele cerebrale, diencefalul, trunchiul cerebral, cerebelul, măduva spinării); sistemul nervos periferic.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Noțiuni generale de biomecanică. Etiopatogenia încetinirii realizării mișcării la vârstnici.	Prezentare powerpoint	2 ore
Descrierea din punct de vedere biomecanic a pozițiilor fundamentale	Prezentare powerpoint	2 ore
Principiile fundamentale ale biomecanicii.	Prezentare powerpoint	2 ore
Biomecanica mersului, alegrării, aruncării și săriturii	Prezentare powerpoint	2 ore
Bilanțul articular generalități, biomecanica articulațiilor coloanei vertebrale	Prezentare powerpoint	2 ore

Biomecanica articulațiilor umărului, cotului, mâinii, coxofemorale, genunchiului și piciorului	Prezentare powerpoint	2 ore
Bibliografie		
<p>1. Diaconescu N., Niculescu V., Rottenberg N. - Ghid de anatomie practică, Editura Facla, Timișoara, 1988;</p> <p>2. Netter F.H. - Atlas de anatomie a omului, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008;</p> <p>5. Oravițan M. - Ghid de anatomie - aparatul locomotor, Editura Mirton, Timișoara, 2003;</p> <p>6. Oravițan M. - Ghid de anatomie - organe, aparate și sisteme, Editura Mirton, Timișoara, 2007;</p> <p>7. Papillian V. - Anatomia omului, vol. I-II, Editura Medicală, București, 1996;</p> <p>8. Borza Iconia (1997) - Biomecanică principii fundamentale în mișcarea sportivă, Ed. Marineasa, Timișoara</p> <p>9. Oravițan Mihaela (2003) - Ghid de anatomie aparatul locomotor, Ed. Mirton, Timișoara</p> <p>10. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Ed. Politehnica, Timișoara</p> <p>11. Pantea Corina (2009) - Entorsele genunchiului - anatomie, analiza biomecanică a mișcărilor și tehnici de recuperare funcțională- Editura Politehnica Timișoara;</p> <p>12. Mavritsakis Nikolaos (2015)- Anatomie – Note de curs, Universitatea „ 1 Decembrie 1918” Alba Iulia.</p> <p>13. Mavritsakis Nikolaos (2016) – Biomecanică – Note de curs, Universitatea ”1 Decembrie 1918” Alba Iulia.</p>		
Seminar-laborator	Metode de predare	Observații
Poziția anatomică, planurile anatomice; terminologia specifică. Regiunile corpului uman și segmentele acestora. Scheletul capului și al trunchiului.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Scheletul membrelor superioare și inferioare	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Articulațiile: clasificarea și structura diartrozelor; anatomia principalelor diartroze.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Mușchii striați scheletici: mușchii capului și trunchiului.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Mușchii membrelor superioare și inferioare.	Explicarea noțiunilor anatomice prin	2 ore

	utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	
Sistemul nervos central și periferic. Aparatul cardio-vascular. Aparatul respirator.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Sistemul digestiv, endocrin, excretor, reproducător. Analizatorii.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Descrierea din punct de vedere biomecanic a principalelor mișcări ale corpului în spațiu	Prezentare powerpoint Prezentări de referate Și dezbateri	2 ore
Descrierea din punct de vedere biomecanic a unor exerciții din gimnastică	Prezentare powerpoint Prezentări de referate și dezbateri	2 ore
Descrierea din punct de vedere biomecanic a diferitelor stiluri de înot, a mișcărilor practicate la caiac și canotaj	Prezentare powerpoint Prezentări de referate și dezbateri	2 ore
Descrierea din punct de vedere biomecanic a principalelor mișcări din cadrul jocurilor sportive	Prezentare powerpoint Prezentări de referate și dezbateri	2 ore
Efectuarea practică a bilanțului articular la nivelul membrului superior: articulația scapula-humerală, articulația cotului și articulațiile mâinii	Realizarea practică a măsurătorilor	2 ore
Efectuarea practică a bilanțului articular al membrului inferior: articulația coxofemurală, articulația genunchiului și articulațiile piciorului	Realizarea practică a măsurătorilor	2 ore
Descrierea anatomică a articulațiilor de la nivelul coloanei cervicale, lombare și efectuarea practică a bilanțului	Realizarea practică a măsurătorilor	2 ore
Bibliografie		
1. Netter F.H. - Atlas de anatomie a omului, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008; 2. Oravițan M. - Ghid de anatomie - aparatul locomotor, Editura Mirton, Timișoara, 2003; 3. Oravițan M. - Ghid de anatomie - organe, aparate și sisteme, Editura Mirton, Timișoara, 2007;. 4. Blandine Calais-Germain (2009) - Anatomie pentru mișcare, vol I+II, Ed. Polirom Iași 5. Pantea Corina (2013)- Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru superior, Editura Mirton		

Timișoara,

6. Pantea Corina (2013)- Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru inferior, Editura Mirton Timișoara,

7. Mavritsakis Nikolaos (2015)- Anatomie – Note de curs, Universitatea „1 Decembrie 1918” Alba Iulia.

8. Mavritsakis Nikolaos (2016) – Biomecanică – Note de curs, Universitatea ”1 Decembrie 1918” Alba Iulia.

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

Disciplina raspunde prin continuturi, cerintelor comunității epistemice, asociațiilor profesionale și a anjajatorilor din domeniul programului, aspect dovedit prin fisa disciplinei

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Cunoașterea noțiunilor prezentate la curs</i>	Examen test - grilă	80%
10.5 Seminar/laborator			
	<i>Realizarea și prezentarea referatelor</i>	Prezentare referat	20%
10.6 Standard minim de performanță: îndeplinirea standardelor minime prevăzute			Nota min. 5

Data completării

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura director de departament

.....