

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept si Stiinte Sociale
1.3. Departamentul	Științe Sociale
1.4. Domeniul de studii	PSIHOLOGIE
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii	TERAPIE OCUPATIONALA

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Kinesiologie			2.2. Cod disciplină		TO110				
2.3. Titularul activității de curs			Conf. univ. dr. Șimon Sorin								
2.4. Titularul activității de seminar			Conf. univ. dr. Șimon Sorin								
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	3	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	14
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	94				
3.8 Total ore din planul de învățământ	56				
3.9 Total ore pe semestru	150				
3.10 Numărul de credite	6				

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	- familiarizarea cu noțiunile de bază privind structurile anatomice și mecanismele implicate în mișcare; - familiarizarea și însușirea de către studenți a terminologiei specifice kinesiologiei și a mijloacelor de influențare a organismului; - familiarizarea cu practicile actuale de evaluare clinică și funcțională, în cadrul unei abordări multidisciplinare.
7.2 Obiectivele specifice	- formarea unor abilități de folosire a conceptelor specifice terapiei kinesiologiei; - cunoașterea mecanismelor implicate în mișcare de la idee până la realizarea actului motor; - identificarea structurilor periferice angrenate în sistemul neuromioartrokinetic și a structurilor centrale care coordonează mișcarea; - dezvoltarea aptitudinilor de comunicare interpersonală, de sinteză a informațiilor.

8. **Conținuturi**

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Structura kinetologiei științifice (biomecanica, fiziologia exercițiilor fizice, comportamentul psihomotor). Structura kinetologiei practice (evaluare, tehnici și metode în kinetoterapie). Clasificări în kinetoterapie. Istoricul kinetologiei.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Bazele fizice ale mișcării. Kinetică și kinematică. Despre forța musculară: formare (factori neuronali, factori musculari), energie musculară, unități de măsură, forțele mișcării umane. Despre mișcare: amplitudinea de mișcare, flexibilitate, jocul articular, legile mișcării. Limitarea amplitudinii de mișcare. Noțiuni de evaluare articulară.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Osul, cartilajul, articulația, tendonul, ligamentul, muschiul, nervul, sinapsele, receptorul senzitiv. Raportul între patologie și kinetoterapie.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Unitatea motorie. Potențiale electrice de repaus și acțiune. Cuplarea excitație – contracție. Ciclul punților transverse. Feed back-ul receptorilor senzitivi. Reflexele circuitare. Reflexe și mișcare. Kinestezia. Noțiuni de evaluare musculară.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Cortexul senzorio-motor, trunchiul cerebral, cerebelul, ganglionii bazali, căile ascendente, căile descendente. Realizarea controlului motor.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Coordonare și echilibru. Controlul muscular. Coordonare – incoordonare. Echilibru – dezechilibru. Componentele echilibrului. Mersul.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore

Fitness, antrenare, adaptare, decondiționare, dezantrenare. Procesul energetic. Raportul energetic cost-eficiență. Răspunsuri fiziologice la ex. Aerobic. Adaptări fiziologice la ex aerobic. Exercițiul aerobic în asistența medicală.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Adaptări acute și cronice ale sistemului motor. Reacții și adaptări acute (reacțiile de încălzire, dureroase la oboseală). Adaptări cronice (principiile antrenamentului): adaptarea pentru forță, putere, pentru activitatea redusă. Dezadaptări și adaptări cu vârsta.	Prezentari ppt, utilizarea atlaselor anatomice interactive	2 ore
Noțiuni generale de biomecanică	Prezentare powerpoint	2 ore
Principiile fundamentale ale biomecanicii	Prezentare powerpoint	2 ore
Descrierea din punct de vedere biomecanic a pozițiilor fundamentale	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

1. Diaconescu N., Niculescu V., Rottenberg N. - Ghid de anatomie practică, Editura Facla, Timișoara, 1988;
2. Netter F.H. - Atlas de anatomie a omului, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008;
5. Oravițan M. - Ghid de anatomie - aparatul locomotor, Editura Mirton, Timișoara, 2003;
6. Oravițan M. - Ghid de anatomie - organe, aparate și sisteme, Editura Mirton, Timișoara, 2007;
7. Papillian V. - Anatomia omului, vol. I-II, Editura Medicală, București, 1996;
8. Borza Iconia (1997) - Biomecanică principii fundamentale în mișcarea sportivă, Ed. Marineasa, Timișoara
9. Oravițan Mihaela (2003) - Ghid de anatomie aparatul locomotor, Ed. Mirton, Timișoara
10. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Ed. Politehnica, Timișoara
11. Pantea Corina (2009) - Entorsele genunchiului - anatomie, analiza biomecanică a mișcărilor și tehnici de recuperare funcțională- Editura Politehnica Timișoara;

Seminar-laborator	Metode de predare	Observații
Noțiuni de anatomie și fiziologie umană aplicată. Postura și aliniamentul corpului. Bibliografie: • Cordun, Mariana (1999), Kinetologie medicală, Editura Axa, Bucuresti.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Evaluarea creșterii și dezvoltării umane. Măsurători subiective somatoscopia și măsurători obiective – somatometria instrumentală, examenul clinic general, examen antropometric cu determinarea indicilor antropometrici. Bibliografie:	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea	2 ore

• Sbenghe, T. (1999), Bazele teoretice si practice ale kinetoterapiei, Editura Medicală, Bucuresti. • Sbenghe, T. (2002), Kinesiologie – știința mișcării, Editura Medicală, Bucuresti.	noțiunilor de anatomie topografică	
Amplitudinea de mișcare – redarea, limitarea de mișcare. Evaluarea limitării de mișcare. Testing articular (bilanțul articular al coloanei vertebrale, membrilor superioare și al membrilor inferioare). Bibliografie: • Cordun, Mariana (1999), Kinetologie medicală, Editura Axa, Bucuresti. • Sbenghe, T. (1987), Kinetologie profilactică, terapeutică si de recuperare, Editura Medicală, Bucuresti.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Evaluarea musculară. Evaluarea subiectivă și evaluarea obiectivă. Testing muscular. Bilanțul muscular al trunchiului, membrilor superioare și inferioare. Bibliografie: • Cordun, Mariana (1999), Kinetologie medicală, Editura Axa, Bucuresti. • Sbenghe, T. (1987), Kinetologie profilactică, terapeutică si de recuperare, Editura Medicală, Bucuresti.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Evaluarea prehensiunii. Tipuri de prehensiune, evaluarea mersului: mecanism, timpii mersului. Bibliografie: • Cordun, Mariana (1999), Kinetologie medicală, Editura Axa, Bucuresti. • Sbenghe, T. (1987), Kinetologie profilactică, terapeutică si de recuperare, Editura Medicală, Bucuresti. • Sbenghe, T. (1999), Bazele teoretice si practice ale kinetoterapiei, Editura Medicală, Bucuresti. • Sbenghe, T. (2002), Kinesiologie – știința mișcării, Editura Medicală, Bucuresti.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică	2 ore
Efectuarea practică a bilanțului articular la nivelul membrului superior: articulația scapula-humerală, articulația cotului și articulațiile mâinii 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 Cordun, Mariana (1999), Kinetologie medicală, Editura Axa, Bucuresti. • Sbenghe, T. (1999), Bazele teoretice si practice ale kinetoterapiei, Editura Medicală, Bucuresti. • Sbenghe, T. (2002), Kinesiologie – Știința mișcării, Editura Medicală, Bucuresti. • Sbenghe, T. (1987), Kinetologie profilactică, terapeutică si de recuperare, Editura Medicală, Bucuresti. 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

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 anjatorilor 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
seminar

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de

Data avizării în departament
departament

.....

Semnătura director de