

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918”
1.2. Facultatea	Drept si Stiinte Sociale
1.3. Departamentul	Educatie Fizica si Sport
1.4. Domeniul de studii	Kinetoterapie
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii	Kinetoterapie si motricitate specială

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Kinesiologie			2.2. Cod disciplină	KMS I 10		
2.3. Titularul activității de curs	Lect. dr. Hancăș Paul - Alin						
2.4. Titularul activității de seminar	Asist. drd. Neamțu-Popescu Adela						
2.5. Anul de studiu	1	2.6. Semestrul	II	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	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					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					4
Tutoriat					
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	19				
3.8 Total ore din planul de învățământ	56				
3.9 Total ore pe semestru	75				
3.10 Numărul de credite	3				

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	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1. Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială). C2. Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice si sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic .
Competențe transversale	C1. Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților kinetoterapeutice.

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Implementarea unui sistem de cunoștințe teoretice și aplicative din domeniul kinesiologiei cu scopul de a fi utilizate ulterior în activitatea profesională a studenților
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • dobândirea cunoștințelor științifice specifice disciplinei; • posibilitatea analizei și sintezei unor cazuri date de probleme de kinesiologie; • Elaborarea programelor de exerciții corective pentru deficiențele funcționale prezentate în cadrul cursului • formarea unei gândiri corecte domeniului pentru rezolvarea problematicii motricității; • integrarea disciplinelor conexe studiate.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Curs 1 : Bazele genrale ale kinetologiei	Curs interactiv	2 ore
Curs 2 : Mișcare și motricitate	Curs interactiv	2 ore
Curs 3: Mușchiul striat efectorul mișcării	Curs interactive	2 ore
Curs 4: Bazele energetice ale mișcării	Curs interactiv	2 ore
Curs 5: Sistemul nervos al omului - centrul de comandă al mișcării	Curs interactiv	2 ore
Curs 6: Aspectele biomecanice ale mișcării	Curs interactiv	2 ore
Curs 7: Comportamentul motric	Curs interactiv	2 ore
Curs 8: Învățarea motrică	Curs interactiv	2 ore
Curs 9: Dezvoltarea motrică	Curs interactiv	2 ore
Curs 10: Capacitatea de efort	Curs interactiv	2 ore
Curs 11: Kinetropometria	Curs interactiv	2 ore
Curs 12: Domeniile de manifestare ale mișcării	Curs interactiv	2 ore
Curs 13: Exercițiul fizic	Curs interactiv	2 ore
Curs 14: Capacitatea de performanță	Curs interactiv	2 ore
Total ore : 28		28

Bibliografie:

Referințe principale:

- Hancăș, P.A. *Kinetologie*, Ed. Seria Didactică, Alba Iulia, 2017

Seminar-laborator	Metode de predare	
1. Analiza structurală a unui lanț cinematic osteo-muscular	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
2. Analiza structurală a unui lanț cinematic osteo-muscular	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
3. Mărimi segmentare antropometrice	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore

4. Mărimi segmentare antropometrice	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
5. Determinarea centrelor de masă segmentare ale sistemului musculo-scheletal	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
6. Determinarea centrelor de masă segmentare ale sistemului musculo-scheletal	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
7. Recapitulare intermediară	Discutii tematice; sesiuni de intrebari	2 ore
8. Mărimi inerțiale ale corpului uman	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
9. Mărimi inerțiale ale corpului uman	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
10. Analiza mersului uman	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
11. Analiza mersului uman	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
12. Analiza pasului de alergare	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
13. Analiza pasului de alergare	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
14. Recapitulare finala	prezentare de referate si discutii tematice	2 ore
Total ore		28

Bibliografie:

- Nenciu, G., Biomecanica în educație fizică și sport, Editura Fundației România de Măine, București 2005
- Sbenghe, T., Kinesiologia - știința mișcării, București. Editura Medicală. 2002.
- Hamilton, N., Luttgens, K., Kinesiology: scientific basis of human motion, McGraw-Hill, Canada, 2002.
- Hoffman S., și col. Introduction to Kinesiology. USA. Human Kinetics, 2005.
- Neumann, D., Kinesiology of the musculoskeletal system, Mosby Published, 2002.
- BUCUR, C.I. (1982) - Gimnastica medicală, vol. I-IV, Lito Institutul Politehnic Timișoara
- DUMITRU, D (1984) -Reeducarea funcțională în afecțiunile coloanei vertebrale
- NEMEȘ, D (2001) - Metode de explorare și evaluare în kinetoterapie, Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara,
- POPESCU, Roxana., TRĂISTARU, Rodica., BADEA. P. (2004) - Ghid de evaluare clinică și funcțională în recuperarea medicală, vol I+II, Ed. Medicală Universitară, Craiova
- KISNER , COLBY (2007) - Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques (5th edition), F.A. Davis Company; 5 edition
- PEGGY HOUGLUM (2010) - Therapeutic Exercise for Musculoskeletal Injuries-3rd Edition , Human Kinetics; 3 edition
- CRAIG DENEGAR , ETHAN SALIBA , SUSAN SALIBA (2009) - Therapeutic Modalities for Musculoskeletal Injuries - 3rd Edition , Human Kinetics;
- DONALD A. NEUMANN PHD PT FAPTA (2009) - Kinesiology of the Musculoskeletal System: Foundations for Rehabilitation, Mosby; 2 edition
- SUZANN K. CAMPBELL PT PHD FAPTA, ROBERT J. PALISANO PT SCD, MARGO ORLIN (2011) Physical Therapy for Children, Saunders; 4 edition

- LORI THEIN BRODY , CARRIE M. HALL (2010) - Therapeutic Exercise: Moving Toward Function, Lippincott Williams & Wilkins; Third edition

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

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Înșușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate.	Examen scris	50%
10.5 Seminar/laborator	- <i>Verificare pe parcurs</i>	- nota obținută la forma de evaluare continuă	25%
	- <i>Activitate practică</i>	- nota pentru activități aplicative	25%
10.6 Standard minim de performanță: minim nota 5			

Data completării

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura director de departament

.....