**FIŞA DISCIPLINEI**

|  |  |
| --- | --- |
| **1. Date despre program** | |
| 1.1 Instituţia de învăţământ superior | Universitatea “Dunărea de Jos”din Galaţi |
| 1.2 Facultatea / Departamentul | Transfrontalieră |
| 1.3 Catedra | Departamentul de Ştiinţele vieţii |
| 1.4 Domeniul de studii | Educaţie fizică şi sport |
| 1.5 Ciclul de studii | Licenţă |
| 1.6 Programul de studii/Calificarea | Educaţie fizică şi sportivă (la Chişinău) |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2. Date despre disciplină** | | | | | | | | | |
| 2.1 Denumirea disciplinei | | | **Kinesiologie** | | | | | | |
| 2.2 Titularul activităţilor de curs | | | |  | | | | | |
| 2.3 Titularul activităţilor de seminar | | | |  | | | | | |
| 2.4 Anul de studiu | **I** | 2.5 Semestrul | | | **I** | 2.6 Tipul de evaluare | **V** | 2.7 Regimul disciplinei | **OB** |

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3. Timpul total estimat** (ore pe semestru al activităţilor didactice) | | | | | | | |
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | | 3 | | din care: 3.2 curs | 2 | 3.3 seminar/laborator | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învăţământ | | 32 | | din care: 3.5 curs | 28 | 3.6 seminar/laborator | 14 |
| Distribuţia fondului de timp | | | | | | | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | | | 10 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren | | | | | | | 20 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | | | 20 |
| Tutoriat | | | | | | | 4 |
| Examinări | | | | | | | 4 |
| Alte activităţi................................... | | | | | | |  |
| **3.7 Total ore studiu individual** | **58** | |
| **3.9 Total ore pe semestru** | **10** | |
| **3. 10 Numărul de credite** | **4** | |

|  |  |
| --- | --- |
| **4. Precondiţii** (acolo unde este cazul) | |
| 4.1 de curriculum | * Nu este cazul |
| 4.2 de competenţe | * Nu este cazul |

|  |  |
| --- | --- |
| **5. Condiţii** (acolo unde este cazul) | |
| 5.1. de desfăşurare a cursului | Sală de curs dotată cu videoproiector.   |  | | --- | |  | |
| 5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului | Pentru lucrări practice asigurarea condițiilor minimale de desfășurare a activităților specifice disciplinei vizate: stare de sanatate corespunzătoare a celor implicați, sală de pregătire fizică, existența instalațiilor și a echipamentului sportiv adecvat, cunoașterea și respectarea regulamentului vizând protecția muncii. |

|  |  |
| --- | --- |
| **6. Competenţele specifice acumulate** | |
| **Competenţe profesionale** | **C3 Cunoaştere, înţelegere, explicare şi interpretare**  - să însuşească noţiunile de bază privind kinesiologia (definiție, terminologie, istoric);  - să utilizeze adecvat noţiunile specifice disciplinei kinesiologie;  - să cunoască structura, organizarea și funcționarea sistemului articular singular.  **C4 Instrumental-aplicative**  - proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei kinesiologie;  - să utileze tehnici și instrumente de investigare anatomo-funcțională și biomecanică;  - să aplice tehnici de control motor și evaluare morfofuncțională.  **C6 Atitudinale**  - să manifeste interes faţă de cercetarea în domeniul kinesiologiei;  - să valorifice rezultatele cercetării într-un mod creator;  - să participe la proiecte care au ca teme evaluarea biomecanică a aparatului morfofuncțional. |
| **Competenţe transversale** | **CT1** Organizarea de activităţi de educaţie fizică şi sportive pentru persoane de diferite vârste şi niveluri de pregătire în condiţii de asistenţă calificată, cu respectarea normelor de etică şi deontologie profesională;  **CT2** Îndeplinirea în condiţii de eficienţă şi eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea şi desfăşurarea activităţilor sportive;  **CT3** Operarea cu programe digitale, documentarea şi comunicarea într-o limbă de circulaţie internaţională. |

|  |  |
| --- | --- |
| **7. Obiectivele disciplinei** (reieşind din grila competenţelor specifice acumulate) | |
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | Însușirea noțiunilor de bază |
| 7.2 Obiectivele specifice | - să însuşească noțiunile de bază privind Kinesiologia (definiție, terminologie, istoric);  - să aplice tehnici de control motor și evaluare morfofuncțională;  - să participe la proiecte care au ca teme evaluarea biomecanică a aparatului morfofuncțional. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **8. Conţinuturi** | | | |
| 8. 1 Curs | Metode de predare | | Observaţii |
| **Scurt istoric și introducere în kinesiologie** | prelegerea, conversaţia euristica, | | Utilizarea prezentărilor în Power point |
| **Structura, organizarea și funcționarea sistemului articular** | explicaţia, demonstraţia, problematizarea | | Utilizarea prezentărilor în Power point |
| **Elemente de biomecanică, kinematică și kinetică** | prelegerea, demonstraţia, problematizarea, | | Utilizarea prezentărilor în Power point |
| **Controlul motor și evaluarea morfofuncțională** | Controlul motor și evaluarea morfofuncțională | | Controlul motor și evaluarea morfofuncțională |
| **Terapia ocupațională** | prelegerea, conversaţia euristica, explicaţia, demonstraţia, | | Utilizarea prezentărilor în Power point |
| **Exercițiul aerobic și antrenamentul la efort** | prelegerea, conversaţia euristica, explicaţia, demonstraţia, | | Utilizarea prezentărilor în Power point |
| **Adaptări acute și cronice ale sistemului locomotor** | prelegerea, conversaţia euristica, explicaţia, demonstraţia, | | Utilizarea prezentărilor în Power point |
| Bibliografie  1. Bota A. Kinesiologie: Note de curs. București, 2013. 153 p.  2. Gavrilescu D. Noțiuni de biomecanică cu aplicație în educație fizică și sport. București, 2007  3. Ifrim M. Biomecanica generală. Bucureşti, 1980.  4. Lazăr A.G. Kinesiologie: Îndrumar metodic pentru programul de studii Kinetoterapie și motricitate specială. Suceava: S.n., 2019. 168 p.  5. Lefter V. Examenul clinic iniţial în kinetologie. Brăila: Edit. Olimpiada, 2008.  6. Sbenghe T. Kinesiologie: știința mișcării. București, 2008. 622 p.  7. Freivalds A. Biomechanics of the upper limbs: mechanics, modeling, and musculo-skeletal injuries. London, 2004  8. Донской Д. Биомеханика. Москва, 1975.  9. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. Москва, 1979.  10. Дубровский В., Федорова В. Биомеханика. Учебник для вузов. Москва, 2008.  11. Зациорский В. Биомеханика двигательного аппарата человека. Москва, 1981.  12. Коренберг В. Основы качественного биомеханического анализа. Москва, 1979.  13. Коренберг В. Лекции по спортивной биомеханике. Москва, 2011.  14. Лапутин A. Обучение спортивным движениям. Киев, 1986.  15. Сотцкий Н., Киселёв В. Практикум по биомеханике. Минск, 1997.  16. Сотцкий Н. Биомеханика. Минск, 2005.  17. Уткин В. Биомеханика физических упражнений. Москва, 1989. | | | |
| 8. 2 Seminar/laborator | | Metode de predare | Observaţii |
| **Goniometria, gradele de libertate, suprafete articulare sferoidale, elipsoidale și cilindrice** | | Conversatie | Utilizarea prezentarilor in Power point |
| **Forțe, încărcări, legea lui Newton, legea lui Wolf, pârghiile de gradul I, II și III în organismul uman, aplicații clinice** | | Studiul de caz, brainstorming-ul  comparatia | Utilizarea prezentarilor in Power point |
| **Structura mușchiului (schelet fibros, fibra muscularaă și tendon)** | | Demonstratia, exercitiul | Utilizarea prezentarilor in Power point |
| **Complexul articular: epifize, cartilaj, capsula, ligamentele de întărire, mușchi** | | Demonstratia, exercitiul | Utilizarea prezentarilor in Power point |
| **Umărul: oase, articulații, mușchi și biomecanica** | | Umărul: oase, articulații, mușchi și biomecanica | Umărul: oase, articulații, mușchi și biomecanica |
| **Cotul: oase, articulații, mușchi și biomecanica** | | Demonstratia, exercitiul | Utilizarea prezentarilor in Power point |
| Bibliografie  1. Gavrilescu D. Noțiuni de biomecanică cu aplicație în educație fizică și sport. București, 2007  2. Ifrim M. Biomecanica generală. Bucureşti, 1980.  3. Lefter V. Examenul clinic iniţial în kinetologie. Brăila: Edit. Olimpiada, 2008.  4. Sbenghe T. Kinesiologie. București, 2008.  5. Freivalds A. Biomechanics of the upper limbs: mechanics, modeling, and musculo-skeletal injuries. London, 2004  6. Донской Д. Биомеханика. Москва, 1975.  7. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. Москва, 1979.  8. Дубровский В., Федорова В. Биомеханика. Учебник для вузов. Москва, 2008.  9. Зациорский В. Биомеханика двигательного аппарата человека. Москва, 1981.  10. Коренберг В. Основы качественного биомеханического анализа. Москва, 1979.  11. Коренберг В. Лекции по спортивной биомеханике. Москва, 2011.  12. Лапутин A. Обучение спортивным движениям. Киев, 1986.  13. Сотцкий Н., Киселёв В. Практикум по биомеханике. Минск, 1997.  14. Сотцкий Н. Биомеханика. Минск, 2005.  15. Уткин В. Биомеханика физических упражнений. Москва, 1989. | | | |

|  |
| --- |
| **9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului** |
| Efectele parcurgerii disciplinei se reflectă în: formarea unor obişnuinţe de lucru organizat, creşterea capacităţii generale de efort intelectual şi îmbunătăţirea randamentului în acest tip de activitate, realizarea unei viziuni de ansamblu mult imbunătăţite asupra activităţilor conexe domeniului motricităţii umane, acţionarea pe baze ştiinţifice în vederea ameliorării propriei dezvoltări fizice şi capacităţi motrice, planificarea optimă a mijloacelor cunoscute în vederea realizării unor obiective diversificate în concordanţă cu grupele de lucru şi vârsta, priorităţile şi interesele celor instruiţi, transferarea noţiunilor fundamentale achiziţionate in cadrul specializărilor ulterioare. |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **10. Evaluare** | | | |
| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere din nota finală |
| 10.4 Curs | Examinare |  | 50% |
|  |  |  |
| 10.5 Seminar/laborator | Notele acordate pentru temele de acasa | Referate, portofoliu de evaluare, studii de caz | 10% |
| Activitate la seminar/lucrări practice | Prezența, conduita și execuții la sală a exercițiilor specifice propuse de cadrul didactic | 40% |
| 10.6 Standard minim de performanţă | | | |
| Evaluarea studenţilor se va face în funcţie de nivelul cunoştinţelor acumulate, de felul cum le-au acumulat (altfel spus, dacă au citit bibliografia aferentă cursului sau s-au rezumat numai la notele de curs şi la cea ce au reţinut la seminar) şi de maniera de prezentare a acestora, de cunoaşterea bibliografiei problemei. | | | |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data completării | Semnătura titularului de curs | | Semnătura titularului de seminar |
|  |  | |  |
|  |  | |  |
| Data avizării în departament | | Semnătura directorului de departament | |
|  | |  | |
|  | |  | |