

## FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024 - 2025

Anul de studiu I / Semestrul I

## 1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	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	Kinetoterapie și motricitate specială
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO*	Kinetoterapie și motricitate specială - kinetoterapeut cod COR 226405 / cod ESCO 2264.2 - profesor de cultură fizică medicală cod COR 226405

## 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Anatomie și Biomecanică		2.2. Cod disciplină	KMS I 1			
2.3. Titularul activității de curs	Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Lect. Univ. dr. Hăisan Petronela Lăcrămioara						
2.5. Anul de studiu	I	2.6. Semestrul	I	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. Numar ore pe saptamana	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
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					22
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					22
c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					22
d. Tutoriat					1
e. Examinări					2
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.) .....					

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% Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție. Studentii se vor prezenta la cursuri/seminarii cu telefoanele mobile închise. Nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale; Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și seminar întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional.
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Prezența obligatorie 80% pentru cei care nu au loc de muncă și 50% pentru cei care pot dovedi că locul de muncă le obstaculează realizarea procentului maxim de prezență (80%). Sala de seminar este dotată cu aparatură de videoproiecție, planșe și schelet în mărime naturală.

Lucrărilor de seminar și desfășurarea practică a acestuia va fi stabilită de titular de seminar.

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe/rezultate ale învățării	CP 1 Efectuează evaluări fizioterapeutice CP2 Formulează planuri de tratament
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	Însușirea teoretică și, mai ales, 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
1. Noțiuni generale de anatomie topografică: definiție, terminologie, poziția anatomică, planuri anatomice. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
2. Osteologia: definiție, noțiuni elementare. Sistemul osos: prezentare generală a țesutului osos, clasificarea oaselor, vascularizația și inervația oaselor. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
3. Scheletul capului. Scheletul trunchiului: anatomia coloanei vertebrale, a coastelor și a sternului. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
4. 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. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
5. Artrologia: noțiuni elementare. Articulațiile: definiție, clasificare, structura unei diartroze. Tipurile de mișcări articulare. Anatomia articulațiilor mari (ale umărului, cotului, șoldului și genunchiului). – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
6. Miologia: noțiuni elementare. Mușchii: definiție, clasificare, inervația și vascularizația mușchiului striat scheletic, structura microscopică a fibrei musculare, organizarea mușchiului; anexele mușchilor (fascii, retinacule etc.). – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
7. Sistemul muscular. Mușchii capului. Mușchii membrelor superioare: ai umărului, brațului, antebrațului și mâinii. Mușchii membrelor inferioare: ai șoldului, coapsei, gambei și piciorului. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
8. Sistemul nervos: structură generală; sistemul nervos central (emisferele cerebrale, diencefalul, trunchiul cerebral, cerebelul, măduva spinării); sistemul nervos periferic. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
9. Noțiuni generale de biomecanică. Descrierea din punct de vedere biomecanic a pozițiilor fundamentale – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
10. Descrierea din punct de vedere biomecanic a pozițiilor fundamentale – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	
11. Principiile fundamentale ale biomecanicii. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.	

12. Biomecanica mersului, alegrării, aruncării și săriturii – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.
13. Bilanțul articular generalități, biomecanica articulațiilor coloanei vertebrale – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.
14. Biomecanica articulațiilor umărului, cotului, mâinii, coxofemorale, genunchiului și piciorului – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice.
<b>Bibliografie</b>	
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;	
12. Mavritsakis Nikolaos (2015)- Anatomie – Note de curs, Universitatea „1 Decembrie 1918” Alba Iulia.	
13. Mavritsakis Nikolaos (2016) – Biomecanică – Note de curs, Universitatea ”1 Decembrie 1918” Alba Iulia.	
<b>8.2. Seminar-laborator</b>	<b>Metode de predare</b> <b>Observații</b>
1. Elemente de Anatomie si Biomecanica – definire. Poziția anatomică, planurile anatomice; terminologia specifică. Regiunile corpului uman și segmentele acestora. Mișcările segmentelor corpului. – 2 ore	<i>Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.</i>
2. Osteologia: funcții, clasificare, compoziție, structură. Tipuri de țesut osos. Tipuri de celule osoase. Proprietățile osului. Articulații - generalități: clasificarea și structura. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
3. Sistemul osos: scheletul axial (craniu, coloană, cutie toracică), scheletul apendicular (centura scapulară, centura apendiculară, membrul superior, membru inferior) – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
4. Scheletul membrului superior și centura scapulară. Scheletul membrului inferior și a centurii pelviene. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
5. Artrologia: noțiuni elementare. Articulațiile: definiție, clasificare, structura unei diartroze. Tipurile de mișcări articulare. Anatomia articulațiilor mari. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
6. Miologia: noțiuni elementare. Mușchii: definiție, clasificare, inervația și vascularizația mușchiului striat scheletic, structura microscopică a fibrei musculare, organizarea mușchiului; anexele mușchilor (fascii, retinacule etc.). – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
7. Sistemul muscular. Mușchii capului. Mușchii membrelor superioare și ai centurii aferente. Mușchii membrelor inferioare și ai centurii aferente. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
8. Sistemul nervos: structură generală; sistemul nervos central (emisferele cerebrale, diencefalul, trunchiul cerebral, cerebelul, măduva	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice,

spinării); sistemul nervos periferic. – 2 ore	planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
9. Noțiuni generale de biomecanică. Descrierea din punct de vedere biomecanic a pozițiilor fundamentale – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
10. Descrierea din punct de vedere biomecanic a pozițiilor fundamentale – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
11. Principiile fundamentale ale biomecanicii. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
12. Biomecanica articulațiilor umărului, cotului, mâinii, coxofemorale, genunchiului și piciorului. Bilanțul articular generalități, biomecanica articulațiilor coloanei vertebrale Biomecanica mersului, alegrării, aruncării și săriturii – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
13. Recapitulare sistemul osos și sistemul muscular. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
14. Recapitulare sistemul muscular (insertie, origine și acțiune mușchi) și biomecanica articulară – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice (schelet în mărime naturală), prelegeri, discuții.
<b>Bibliografie</b> <b>Bibliografie</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Netter F.H. - Atlas de anatomie a omului, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008; Baciuc C. Clement, Aparatul Locomotor, Editura Medicală, București, 1981;</li> <li>2. Niculescu Th. Cezar, Cărmăciuc Radu, Voiculescu Bogdan, Anatomia și Fiziologia omului, Editura Corint, București 2009;</li> <li>3. Papilian Victor, Anatomia Omului – Aparatul Locomot, vol.1 - 2, Editura All, București, 2003;</li> <li>4. Ionel Roșu, Călin Istrate, Monica Silvester, Enciclopedia corpului uman, Editura Corint, București, 2009;</li> <li>5. Sbenghe Tudor, Kinesiologia – Știința Mișcării, Editura Medicală, București, 2008;</li> </ol>	

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

Disciplina raspunde prin continuturi, cerintelor comunității epistemică, asociațiilor profesionale și a anajatorilor din domeniul programului, aspect dovedit prin fisa disciplinei.  
 Fundația este esențială în formarea unui viitor specialist din domeniul kinetoterapiei și a terapiei în general, noțiunile de anatomie și biomecanică fiind o obligativitate în turnarea acestei fundații.

## 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Evaluare finală</i>	<i>Examen scris grilă + Caiet de desene</i>	50%
10.5 Seminar/laborator	<i>Recunoașterea și redarea noțiunilor de anatomie practică</i>	<i>Evaluare pe parcurs (25%) + Examen oral final (25%)</i>	50%

### 10.6 Standard minim de performanță:

– Însușirea unor cunoștințe minim necesare de Anatomie și Biomecanică.

– Cerințe pentru promovare:

#### a) **Prezenta:**

- la curs nu este obligatorie, însă se acorda o pondere de 20% în plus la nota finală celor care au frecventat cursul;
- la seminariile pentru a putea fi evaluat, studentul trebuie să aibă cel puțin 8 prezențe în cazul în care nu lucrează și 5 prezențe în cazul în care lucrează (se demonstrează calitatea de angajat printr-o adeverință eliberată de la locul de muncă). Studentul are posibilitatea de a-și recupera din prezențe prin participarea la seminariile celorlalte grupe. În cazul în care studentul nu îndeplinește niciuna din condițiile menționate, acesta NU va putea susține nici examenul practic din cadrul seminarului, nici examenul scris tip grilă.

#### b) **Nota finală:**

- este compusă din 50% examenul scris (la care studentul trebuie să obțină minim nota 5), 50% nota de seminar (la care studentul trebuie să obțină minim nota 5).

#### c) **Examenul:**

- examenul seminar este format din 25% evaluarea pe parcurs + 25% evaluare finală orală (pondere de 50% din nota finală).
- examenul final scris este de tip grilă și va avea o pondere de 50% din nota finală.
- pentru obținerea notei finale studentul trebuie să predea caietul cu desenele materiei, dacă nu prezintă caietul NU va primi nota finală.
- Se acorda 1 punct din oficiu

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

30/09/2024

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament