

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA TRANSILVANIA DIN BRAȘOV
1.2. Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTURI MONTANE
1.3. Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ
1.4. Domeniul de studii de ¹⁾	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5. Ciclul de studii ²⁾	LICENȚĂ
1.6. Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORTVA
1.7. Forma de învățământ	ID/IFR

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	ANATOMIE FUNCȚIONALĂ							
2.2. Coordonatorul de disciplină	CIOROIU SILVIU-GABRIEL							
2.3. Tutorele de disciplină / Titularul activităților aplicative	CIOROIU SILVIU-GABRIEL							
2.4. Anul de studii	I	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei	Conținut ³⁾	DF
							Obligativitate ⁴⁾	DI

3. Timpul total estimat (nr. ore pe semestru al activităților didactice)

3.1. Număr de ore pe săptămână din planul de învățământ la forma IF	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore pe semestru din planul de învățământ la forma ID/IFR	56	din care: 3.5. AI	28	3.6. AT + TC / AA / ST + SF / L / P ⁵⁾	28
Distribuția fondului de timp					ore
3.4.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					28
3.4.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					43
3.4.3. Pregătire seminare / laboratoare / proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					45
3.4.4. Tutoriat (consiliere profesională)					2
3.4.5. Examinări					2
3.4.6. Alte activități (comunicare bidirecțională, sincronă/asincronă pe platformă cu studenții)					2
3.7. Total ore de studiu individual (AI+SI)	122				
3.8. Total ore pe semestru	150				
3.9. Numărul de credite ⁶⁾	5				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	
4.2. de competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala de curs dotată cu aparatură de video-proiecție
5.2. de desfășurare a seminarului / laboratorului / proiectului	

6. Competențe specifice acumulate (conform grilei de competențe din planul de învățământ)

Competențe profesionale	CPSL2. Utilizează cunoștințele fundamentale de anatomie, biomecanică și fiziologie în gestionarea eficientă a efortului fizic sportiv. 2.1. Cunoștințe R.Î.2.1.1. Studentul/Absolventul explică și descrie noțiunile fundamentale de anatomie, biomecanică și fiziologie, a fundamentelor bio-mecanice și comportamentale ale activităților motrice, în scopul utilizării eficiente pentru gestionarea efortului fizic sportiv. 2.2. Aptitudini R.Î.2.2.1. Studentul/Absolventul identifică structuri anatomice ale organismului uman și relațiile cu funcțiile acestora. R.Î.2.2.2. Studentul/Absolventul prezintă acțiunile diferitelor grupe musculare și parametrii de mișcare. R.Î.2.2.3. Studentul/Absolventul caracterizează efortul fizic în funcție de particularitățile somato-funcționale, motrice și psihice ale organismului uman. 2.3. Responsabilitate și autonomie R.Î.2.3.1. Studentul/Absolventul argumentează rolul aparatelor și sistemelor corpului uman în efectuarea actelor și acțiunilor motrice. R.Î.2.3.2. Studentul/Absolventul recunoaște parametrii de mișcare ai acțiunilor motrice. R.Î.2.3.3. Studentul/Absolventul stabilește parametrii efortului fizic în funcție de obiectivele de instruire.
Competențe transversale	CT2. Oferă feedback constructiv și susține învățarea continuă 2.1. Cunoștințe R.Î.2.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște principiile comunicării eficiente și ale feedback-ului constructiv. R.Î.2.1.2. Studentul/Absolventul înțelege importanța învățării continue în cariera didactică. 2.2. Aptitudini R.Î.2.2.1. Studentul/Absolventul oferă feedback clar, adecvat și motivant elevilor și colegilor. R.Î.2.2.2. Studentul/Absolventul formulează sugestii de îmbunătățire bazate pe observație și evaluare. R.Î.2.2.3. Studentul/Absolventul reflectează asupra propriului parcurs profesional și caută oportunități de dezvoltare. 2.3. Responsabilitate și autonomie R.Î.2.3.1. Studentul/Absolventul susține învățarea continuă a elevilor prin sprijin și orientare personalizată. R.Î.2.3.2. Studentul/Absolventul urmărește și valorifică progresul propriu și al celorlalți în activitățile educaționale. R.Î.2.3.3. Studentul/Absolventul adoptă o atitudine responsabilă față de dezvoltarea profesională continuă. CT3. Promovează un climat educațional sigur și incluziv 3.1. Cunoștințe R.Î.3.1.1. Studentul/Absolventul cunoaște normele de siguranță și regulile de comportament aplicabile în mediul educațional. R.Î.3.1.3. Studentul/Absolventul identifică riscurile comportamentelor negative și strategiile de prevenire a acestora. 3.2. Aptitudini R.Î.3.2.1. Studentul/Absolventul aplică măsuri pentru prevenirea discriminării și promovarea incluziunii. R.Î.3.2.2. Studentul/Absolventul gestionează situații de risc sau tensiune în cadrul activităților didactice. R.Î.3.2.3. Studentul/Absolventul utilizează limbaj și comportamente care sprijină respectul reciproc. 3.3. Responsabilitate și autonomie R.Î.3.3.1. Studentul/Absolventul susține un climat educațional bazat pe respect, echitate și participare. R.Î.3.3.2. Studentul/Absolventul intervine responsabil în situații care pot afecta siguranța sau coeziunea grupului. R.Î.3.3.3. Studentul/Absolventul contribuie la consolidarea unei culturi educaționale incluzive și preventive.

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

7.1. Obiectivul general al disciplinei	Descrierea și asimilarea de cunoștințe teoretice de anatomie și biomecanică cu aplicabilitate în domeniul educației fizice și sportului
7.2. Obiectivele specifice	Formarea tehnicilor generale și specifice cu privire la: - cunoașterea, localizarea și exersarea pal্পării anumitor zone anatomice ale corpului; - abilități practice prin exersarea individuală a principalelor mișcări realizate de articulațiile corpului;

8. Conținuturi

8.1. AI	Metode de predare	Nr. de ore	Observații
Anatomie – definiție, obiect, metode de studiu. Ramuri, nivele de organizare ale corpului, planuri, axe, termeni de orientare. Aparatul locomotor – definiție, componente. Osteologia – definiție. Generalități despre oase (funcțiile, forma și conformația exterioară și interioară a oaselor).	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Coloana vertebrală.	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Scheletul toracelui. Scheletul centurii membrului superior	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning

Scheletul membrului superior liber Scheletul membrului inferior	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Artrologie – definiție, clasificarea articulațiilor și a mișcărilor într-o articulație. Articulațiile coloanei vertebrale. Articulațiile toracelui.	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Articulațiile membrului superior. Articulațiile membrului inferior	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Miscările realizate din articulațiile mari ale corpului omenesc	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Miologie – definiție, generalități. Mușchii motori ai coloanei vertebrale. Mușchii respiratori. Mușchii trunchiului.	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Mușchii membrului superior;	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Mușchii membrului inferior	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Noțiuni elementare referitoare la aparatul cardiovascular și respirator	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Noțiuni elementare referitoare la aparatul digestiv și urinar.	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Noțiuni elementare de biomecanică statică	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
Noțiuni elementare de biomecanică dinamică	expunere în tehnologie ID	2	postare de materiale didactice auxiliare pe platforma eLearning
	Total ore studiu individual	28	
Bibliografie obligatorie: 1. Cioroiu, S.G. – Să aprofundăm anatomia de bază a kinetoterapeutului., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2017. 2. Cioroiu, S.G. – Să învățăm anatomia de bază a kinetoterapeutului., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2018. 3. Cioroiu, S.G. – Sa aprofundam anatomia de baza a kinetoterapeutului, Editia a II-a., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2022. 4. Cioroiu, S.G. – “Anatomie aplicata” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2016. 5. Gilroy A - Atlas de Anatomie, Ed. Prior and books, 2022. 6. Papilian V - Anatomia Omului, Vol. 1 Aparatul Locomotor, Editia XII, Ed. ALL, 2020. Bibliografie facultativa: 1. Cioroiu, S.G. – „Esential in anatomie si biomecanica” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2006. 2. Faciu C. – „Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor” – Ed. Sport – Turism, 1977. 3. Ifrim M., Nicolaescu Gh. – „ Compendiu de anatomie” – 1988. Papilian V – „Anatomia omului” – Vol I, Editura Didactică și Pedagogică – București 1974. Material didactic în tehnologie ID: Cioroiu , S. „Anatomie funcțională”- curs în tehnologie ID (format electronic) pentru anul I, sem. I, actualizat în 2025			
8.2. AT/SF+ST [temele dezbătute în cadrul tutorialurilor/seminarelor, conform calendarului disciplinei]	Metode de predare-învățare	Nr. de ore	Observații
Organismul ca un tot unitar. Elemente de orientare ale corpului omenesc. Coloana vertebrală.	expunere alternată cu metoda interactivă	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Reperarea pe mulaje a elementelor scheletului toracelui.	dezbateri, învățare prin	4	temă prevăzută în

si a membrului membrului superior.	probleme, lucrul în echipe		calendarul disciplinei
Reperarea elementelor scheletale ale membrului inferior. Notiuni introductive despre artrologie. Articulațiile coloanei vertebrale.	expunere alternată cu metoda interactivă	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Evaluarea notiunilor dobândite din osteologie. Articulațiile membrelor.	dezbateră, învățare prin probleme, lucrul în echipe	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Exemplificarea mișcărilor realizate din articulațiile mari ale corpului omenesc. Evidențierea pe mulaje a mușchilor motorii coloanei vertebrale, a mușchilor trunchiului.	expunere alternată cu metoda interactivă	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Reperarea pe mulaje a mușchilor membrelor, evaluarea inserțiilor și originilor diferitelor grupe musculare	expunere alternată cu metoda interactivă	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Evaluarea cunoștințelor dobândite cu privire la mișcările realizate din articulațiile mari ale corpului, precum și la mușchii implicați la realizarea lor. Biomecanica diferitelor mișcări complexe	expunere alternată cu metoda interactivă	4	temă prevăzută în calendarul disciplinei
Total ore SF/SF		28	

Bibliografie obligatorie:

1. Cioroiu, S.G. – Să aprofundăm anatomia de bază a kinetoterapeutului., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2017.
2. Cioroiu, S.G. – Să învățăm anatomia de bază a kinetoterapeutului., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2018.
3. Cioroiu, S.G. – “Anatomie aplicată” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2016.
4. Cioroiu, S.G. – Sa aprofundam anatomia de baza a kinetoterapeutului, Editia a II-a., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2022.
5. Gilroy A - Atlas de Anatomie, Ed. Prior and books, 2022.
6. Papilian V - Anatomia Omului, Vol. 1 Aparatul Locomotor, Editia XII, Ed. ALL, 2020.

Bibliografie facultativă:

7. Cioroiu, S – „Esențial în anatomie și biomecanică” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2006.
8. Cioroiu, S.G. – „Esențial în anatomie și biomecanică” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2006.
9. Faciu C. – „Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor” – Ed. Sport – Turism, 1977.
10. http://ro.wikipedia.org/wiki/Anatomie_uman%C4%83.
11. <http://www.bartleby.com/107/>.
12. Ifrim M., Nicolaescu Gh. – „ Compendiu de anatomie” – 1988.
13. Papilian V – „Anatomia omului” – Vol I, Editura Didactică și Pedagogică – București 1974.Cerbulescu C., Ifrim M. – „Atlas de anatomie umană” – Vol I, Ed. Științifică și Enciclopedică – București 1983.
14. Sinelnicov – „Atlas de anatomie” – Vol. I, II, III, 1973.

Theodorescu Dem – „Mic atlas de anatomia omului” – Ed. Didactică și Pedagogică -București 1974.

Material didactic în tehnologie ID:

Cioroiu, S. „Anatomie funcțională” – curs în tehnologie ID (format electronic) pentru anul I, sem. I, actualizat în 2025

9. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunităților epistemice, ale asociațiilor profesionale și ale angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive

10. Evaluare

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. AI (curs)	Explicarea corectă a noțiunilor fundamentale de anatomie Analiza comparativă a mișcărilor executate de articulațiile și mușchii corpului uman în mișcare	Evaluare scrisă cu itemi subiectivi. Se vor evalua doar noțiunile ce se regasesc în fraze coerente, scrise cursiv și corect în limba română.	100 %
10.5. TC / AA / ST / L / P	Utilizarea adecvată a tehnicilor specifice anatomiei și biomecanicii	Două evaluări în cadrul seminariilor cu medie peste 5 (cinci).	Conditionează a sustinerea examenului scris.
10.6. Standard minim de performanță			
• Operarea cu noțiuni și tehnici fundamentale din domeniul anatomiei și biomecanicii. • Îndeplinirea criteriilor disciplinei, prin obținerea notei finale (conform criteriilor numite la pct 10.4 și 10.6) de minim 5 (cinci).			

Prezența Fișă de disciplină a fost avizată în ședința de Consiliu de departament din data 23.06.2025 și aprobată în ședința de Consiliu al facultății din data 23.06.2025.

Conf. dr. Ioan TURCU,
Decan

Conf. dr. Florentina NECHITA,
Director de departament

Prof dr. Silviu Gabriel CIOROIU,
Titularul de curs (AI)

Prof. dr. Silviu Gabriel Cioroiu,
Titularul de AT+TC / AA / SF+ST / L / P

Notă:

- 1) Domeniul de studii – se alege una din variantele: Licență / Masterat (se completează conform cu Nomenclatorul domeniilor și al specializărilor / programelor de studii universitare în vigoare).
- 2) Ciclul de studii – se alege una din variantele: Licență / Masterat.
- 3) Regimul disciplinei (conținut); se alege una din variantele: pentru nivelul de licență – DF (disciplină fundamentală) / DD (disciplină din domeniu) / DS (disciplină de specialitate) / DC (disciplină complementară); pentru nivelul de masterat – DAP (disciplină de aprofundare) / DSI (disciplină de sinteză) / DCA (disciplină de cunoaștere avansată).
- 4) Regimul disciplinei (obligativitate) – se alege una din variantele: DI (disciplină impusă) / DO (disciplină opțională) / DFc (disciplină facultativă).
- 5) AI – activități de autoinstruire; AT – activități tutoriale; TC – teme de control; AA – activități asistate; SF – seminar față în față; ST – seminar în sistem tutorial; L – activități de laborator; P – proiect, lucrări practice.
- 6) Un credit este echivalent cu 30 de ore de studiu (activități didactice și studiu individual).