

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Transilvania din Brașov
1.2 Facultatea	Educatie Fizică și Sporturi Montane
1.3 Departamentul	Performanța motrică
1.4 Domeniul de studii... ¹⁾	Educatie Fizică și Sport
1.5 Ciclul de studii ²⁾	Licență
1.6 Programul de studii/ Calificarea	Sport și performanța motrică / COR ESCO 233002 - Profesor în învățământul gimnazial

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Anatomie functionala							
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. dr. Cioroiu Silviu							
2.3 Titularul activităților de seminar/ laborator/ proiect	Prof. dr. Cioroiu Silviu							
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	Conținut ²⁾	DF
							Obligativitate ³⁾	DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar	14
Distribuția fondului de timp					78
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					29
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					16
Pregătire seminarii/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități. temă de casă: - luarea la cunoștință a informațiilor prin studiul anticipat al bibliografiei recomandate / tematică curs;					9
3.7 Total ore de activitate a studentului	78				
3.8 Total ore pe semestru	120				
3.9 Numărul de credite ⁵⁾	4				

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	
5.2 de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	☐ Doua evaluări în cadrul seminariilor, medie peste 5 (cinci).

6. Competențe specifice acumulate

CP1 Gestionează resursele utilizate în scopuri educaționale**Rezultatele învățării****1.1. Cunoștințe**

R.Î. 1.1.2. Studentul / absolventul selectează metode de instruire ce valorifică potențialul bio-psiho-motric al participanților și stimulează interesul pentru practicarea activităților fizice sportive.

R.Î. 1.1.3. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

1.2. Abilități

R.Î. 1.2.3. Studentul / absolventul aplică metode și mijloace fizice, psihopedagogice și psihologice.

1.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 1.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

CP3. Oferă feedback constructiv**Rezultatele învățării****3.1. Cunoștințe**

R.Î. 3.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.

R.Î. 3.1.2. Studentul / absolventul cunoaște și înțelege structura, principiile și mecanismele de bază ale funcționării organismului și psihicului uman astfel încât să le valorifice optim la nivel individual și de grup.

R.Î. 3.1.3. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

3.2. Abilități

R.Î. 3.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului.

3.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 3.3.1. Studentul / absolventul răspunde nevoilor motrice ale subiecților prin conținuturi adecvate.

R.Î. 3.3.2. Studentul / absolventul își asumă responsabilitatea asupra intervențiilor pe baza noțiunilor fundamentale dobândite.

CP6. Evaluează progresul școlar al elevilor**Rezultatele învățării****6.1. Cunoștințe**

R.Î. 6.1.1. Studentul / absolventul evaluează activitățile de educație fizică și sportive, în vederea realizării obiectivelor de instruire.

R.Î. 6.1.2. Studentul / absolventul conduce activități fundamentate teoretic și practic și evaluează efectul acestora la nivelul diferitelor categorii de populație.

R.Î. 6.1.3. Studentul / absolventul Identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții.

6.2. Abilități

R.Î. 6.2.1. Studentul / absolventul selectează și combină criterii și metode de evaluare a indicilor somatici, funcționali motrici și psihici.

R.Î. 6.2.2. Studentul / absolventul particularizează metodele didactice / de intervenție și evaluare.

R.Î. 6.2.3. Studentul / absolventul evaluează riscurile potențiale (de exemplu, riscul de accidentare, factorii de mediu) și pune în aplicare strategii de atenuare a acestora.

6.3. Responsabilitate și autonomie

R.Î. 6.3.1. Studentul / absolventul evaluează și monitorizează dezvoltarea somato-funcțională și psihomotrică.

R.Î. 6.3.2. Studentul / absolventul organizează grupele de subiecți în concordanță cu particularitățile bio-psiho-motrice și sociale.

Competențe transversale	CP7. Oferă instruire în domeniul sportiv Rezultatele învățării 7.1. Cunoștințe R.Î. 7.1.1. Studentul / absolventul cunoaște la nivel avansat problematica științei sportului și educației fizice astfel încât să urmărească și să intervină în contexte formative, educative și de refacere.. R.Î. 7.1.2. Studentul / absolventul dobândește cunoștințe fundamentale și aplicative necesare realizării și diseminării rezultatelor cercetării științifice. R.Î. 7.1.3. Studentul / absolventul Cunoaște și înțelege structura, principiile și mecanismele de bază ale funcționării organismului și psihicului uman astfel încât să le valorifice optim la nivel individual și de grup. 7.2. Abilități R.Î. 7.2.1. Studentul / absolventul analizează și interpretează sensurile principale ale conceptelor de bază ale teoriei, metodicii și practicii domeniului. R.Î. 7.2.2. Studentul / absolventul identifică și utilizează sisteme de acționare eficiente. R.Î. 7.2.3. Studentul / absolventul identifică teme și subiecte de cercetare, specifice domeniului. R.Î. 7.2.4. Studentul / absolventul identifică structuri anatomice ale organismului uman, descrie aspectele funcționale ale organismului uman și descrie mișcările articulare și acțiunile diferitelor grupe musculare. R.Î. 7.2.5. Studentul / absolventul descrie mișcările articulare și acțiunile diferitelor grupe musculare. R.Î. 7.2.6. Studentul / absolventul argumentează importanța cunoașterii anatomiei și fiziologiei organismului uman în general și solicitările acestuia în timpul efortului fizic, în mod special. CP8. Aplică managementul riscurilor în domeniul sportiv Rezultatele învățării 8.1. Cunoștințe R.Î. 8.1.1. Studentul / absolventul Identifică aspectele de comportament general și specific vârstelor și categoriilor de populație practicante a exercițiului fizic, în vederea stabilirii impactului activităților fizice asupra calității vieții. R.Î. 8.1.2. Studentul / absolventul Gestionează resursa umană, temporală și materială în educație fizică și sport. 8.2. Abilități R.Î. 8.2.1. Studentul / absolventul Evaluează riscurile potențiale (de exemplu, riscul de accidentare, factorii de mediu) și pune în aplicare strategii de atenuare a acestora. R.Î. 8.2.2. Studentul / absolventul Aplică elemente de management organizațional și educațional. 8.3. Responsabilitate și autonomie R.Î. 8.3.1. Studentul / absolventul utilizează în mod optim materialele și instalațiile sportive. R.Î. 8.3.2. Studentul / absolventul demonstrează inițiativă și responsabilitate în planificarea și implementarea activităților formative și educative, contribuind la crearea unui mediu sigur, motivant și incluziv. R.Î. 8.3.3. Studentul / absolventul realizează proiecte și programe în domeniul educației fizice și sportului.
-------------------------	---

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 educația fizică și sportul și în performanța sportivă.
7.2 Obiectivele specifice	Formarea tehnicilor generale și specifice cu privire la: ☐ cunoașterea, localizarea și exersarea palpării anumitor zone anatomice ale corpului; ☐ abilități practice prin exersarea individuală a principalelor mișcări realizate de articulațiile corpului.

8. Conținuturi

8.1 Curs	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).	Prelegere, prezentare video, discutii, metode intuitive.	2 ore	
Coloana vertebrală.		2 ore	
Scheletul toracelui. Scheletul centurii membrului superior		2 ore	
Scheletul membrului superior liber Scheletul membrului inferior		2 ore	
Artrologie – definiție, clasificarea articulațiilor și a mișcărilor într-o articulație. Articulațiile coloanei vertebrale. Articulațiile toracelui.		2 ore	
Articulațiile membrului superior. Articulațiile membrului inferior		2 ore	
Miscările realizate din articulațiile mari ale corpului omenesc		2 ore	
Miologie – definiție, generalități. Mușchii motori ai coloanei vertebrale. Mușchii respiratori. Muschii trunchiului.		2 ore	
Mușchii membrului superior;		2 ore	
Mușchii membrului inferior		2 ore	
Noțiuni elementare referitoare la aparatul cardiovascular si respirator		2 ore	
Notiuni elementare referitoare la aparatul digestiv si urinar.		2 ore	
Noțiuni elementare de biomecanică statică		2 ore	
Noțiuni elementare de biomecanică dinamică		2 ore	
Bibliografie obligatorie: 1. Cioroiu, S.G. – Sa aprofundam anatomia de baza a kinetoterapeutului, Editia a II-a., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2022. 2. Cioroiu, S.G. – Să învățăm anatomia de bază a kinetoterapeutului., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2018. 3. Cioroiu, S.G. – “Anatomie aplicata” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2016. 4. Gilroy A - Atlas de Anatomie, Ed. Prior and books, 2022. 5. Papilian V - Anatomia Omului, Vol. 1 Aparatul Locomotor, Editia XII, Ed. ALL, 2020. Bibliografie facultativa: 6. Cioroiu, S.G. – „Eseential in anatomie si biomecanica” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2006. 7. Faciu C. – „Anatomia funcțională și biomecanica aparatului locomotor” – Ed. Sport – Turism, 1977. 8. Ifrim M., Nicolaescu Gh. – „ Compendiu de anatomie” – 1988. 9. Papilian V – „Anatomia omului” – Vol I, Editura Didactică și Pedagogică – Bucureşti 1974.			
8.2 Seminar	Metode de predare-învățare	Nr. de ore	Observații
Organismul ca un tot unitar. Elemente de orientare ale corpului omenesc. Coloana vertebrala.	Explicație Intuitivă – modele anatomice, mulaje, schelete, Studiul individual și în grup pe mulaje	1 ore	
Reperarea pe mulaje a elementelor scheletului toracelui. si a membrului membrului superior.		2 ore	
Reperarea elementelor scheletale ale membrului inferior. Notiuni introductive despre artrologie. Articuliatiile coloanei vertebrale.		2 ore	
Evaluarea notiunilor dobandite din osteologie. Articuliatiile membrelor.		2 ore	
Exemplificarea miscarilor realizate din articuliatiile mari ale corpului omenesc. Evidentierea pe mulaje a muschilor motoriai coloanei vertebrale, a muschilor trunchiului.		2 ore	

Reperarea pe mulaje a muschilor membrelor, evaluarea insertiilor si originilor diferitelor grupe musculare		2 ore	
Evaluarea cunostintelor dobandite cu privire la miscarile realizate din articulatiile mari ale corpului, precum si la muschii implicati la realizarea lor. Biomecanica diferitelor miscari complexe		3 ore	
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 învăţăm anatomia de bază a kinetoterapeutului., Editura Universitatii Transilvania din Brasov, Braşov, 2018. 3. Cioroiu, S.G. – “Anatomie aplicata” – 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 facultativa: 7. Cioroiu, S – „Esential in anatomie si biomecanica” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2006. 8. Cioroiu, S.G. – „Esential in anatomie si biomecanica” – Ed. Universitatii Transilvania Brasov, 2006. 9. Faciu C. – „Anatomia funcţională şi 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 şi Pedagogică – Bucureşti 1974.Cerbulescu C., Ifrim M. – „Atlas de anatomie umană” – Vol I, Ed. Ştiinţifică şi Enciclopedică – Bucureşti 1983.			

9. Coroborarea coninuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţilor epistemice, asociaţiilor profesionale şi 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	Explicarea corectă a noţiunilor fundamentale de anatomie. Analiza comparativă a mişcărilor executate de articulaţiile şi muşchii corpului uman în mişcare	Evaluare scrisă cu itemi subiectivi. Se vor evalua doar notiunile ce se regasesc in fraze coerente, scrise cursiv si corect in limba romana.	100 %
10.5 Seminar	Utilizarea adecvată a tehnicilor specifice anatomiei şi biomecanicii	Două evaluari în cadrul seminarilor cu medie peste 5 (cinci).	Conditioneaza sustinerea examenului scris.
10.6 Standard minim de performanţă			
☐ Operarea cu noţiuni şi tehnici fundamentale din domeniul anatomiei şi biomecanicii ☐ Îndeplinirea criteriilor disciplinei, prin obtinerea notei finale (conform criteriilor numite la pct 10.4 si 10.6) de minim 5 (cinci).			

Prezenta Fişă de disciplină a fost avizată în şedinţa de Consiliu de departament din data de 23/06/2025 şi aprobată în şedinţa de Consiliu al facultăţii din data de 23/06/2025.

Conf. dr. Ioan TURCU, Decan	Conf. dr. Florentina NECHITA, Director de departament
Prof. Dr. Silviu Cioroiu Titular de curs	Prof. Dr. Silviu Cioroiu Titular de seminar

Notă:

- ¹⁾ Domeniul de studii - se alege una din variantele: Licență/ Masterat/ Doctorat (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/ Doctorat;
- ³⁾ Regimul disciplinei (conținut) - se alege una din variantele: DF (disciplină fundamentală)/ DS (disciplină de specialitate)/ DC (disciplină complementară) - pentru nivelul de licență;;
- ⁴⁾ Regimul disciplinei (obligativitate) - se alege una din variantele: DI (disciplină obligatorie)/ DO (disciplină opțională)/ DFac (disciplină facultativă);
- ⁵⁾ Un credit este echivalent cu 30 de ore de studiu (activități didactice și studiu individual).