

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2021 - 2022 Anul de studiu I / Semestrul II

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	Științe sociale
1.4. Domeniul de studii	Terapie ocupațională
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificarea*	Terapie ocupațională - Terapeut ocupațional 263416

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Fiziologie			2.2. Cod disciplină	EFS I 08		
2.3. Titularul activității de curs	Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Conf. univ. dr. Mavritsakis Nikolaos						
2.5. Anul de studiu	I	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. 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
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					22
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					22
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					22
Tutoriat					1
Examinări					2
Alte activități					

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
--------------------------------	--

	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 și planșe. Lucrărilor de seminar și desfășurarea practică a acestuia va fi stabilită de titular de seminar. Pentru sistemul de predare online se va utiliza platforma TEAMS, folosind aplicații și programe 3D de învățare a noțiunilor de anatomie

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1.1 Identificarea și utilizarea conceptelor, teoriilor și a modelelor privind proiectarea și planificarea în activitățile de educație fizică și sport. C1.2 Utilizarea cunoștințelor privind evaluarea capacităților psiho-somato- funcționale ale elevilor și ale practicanților de activități de educație fizică și sport. C1.3 Aplicarea principiilor și metodelor de bază pentru elaborarea deciziilor privind activitățile de proiectare și planificare a conținuturilor specifice activităților de educație fizică și sportive. C1.4 Analizarea cantitativă și calitativă și interpretarea documentelor de planificare în unitățile școlare și în structurile sportive - lecții și activități de educație fizică și sportive. C1.5 Elaborarea unor documente de planificare și evidență potrivit didacticii educației fizice și sportive
C1 Proiectarea modulară (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.	
C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Kinetoterapie și motricitate specială, Sport și performanță motrică, Educație fizică și sportivă).	C2.1 Definirea și utilizarea adecvată a terminologiei din programele specifice activităților de educație fizică și sportive specifice programului de studii. C2.2 Argumentarea, interpretarea, cooperarea cu concepte privind omul – sistem bio-psiho- social hipercomplex și aplicarea metodologiei generale de organizare și desfășurare a procesului instructiv - educativ specific activităților de educație fizică și sportivă. C2.3 Identificarea modelelor și implementarea lor în procesul de predare-învățare pe baza definirii și utilizării principiilor de bază ale lecțiilor și conducerii activităților de educație fizică și sportive. C2.4 Conceperea, selectarea și aplicarea unor instrumente de evaluare corelate cu cerințele pe cicluri/grad de pregătire potrivit particularităților practicanților activităților de educație fizică și sportive. C2.5 Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice educației fizice și sportive, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specific sportiv
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 structura și funcția celulei, ca unitate morfologică și funcțională a organismului uman Familiarizarea studentului cu funcția organelor, sistemelor și aparatelor componente le organismului uman, cunoașterea și înțelegerea structurii și funcției aparatului locomotor uman în interdependență de celelalte sisteme funcționale ale corpului uman
7.2 Obiectivele specifice	Înșușirea teoretică și practică a noțiunilor legate de principalele elemente de fiziologie ale aparatului locomotor, în special și a organismului uman, în general. Explicarea și înțelegerea organizării și funcției complexe a diferitelor structuri care intră în componența complexului mioartrokinetic, în contextul înțelegerii ulterioare a aspectelor kinetoterapeutice, biomecanice și sportive legate de aceste structuri.

8. Conținuturi*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Celula. Structura și funcția celulei standard. Mecanisme de membrană. – 2 ore	Prezentare ppt	
2. Țesutul muscular. Caracteristici structurale ale țesutului muscular striat scheletic, striat cardiac și al țesutului muscular neted. Proprietăți funcționale ale mușchiului striat scheletic. Receptori kinestezici. – 2 ore	Prezentare ppt	
3. Lichidele organismului uman : lichidul extracelular, sângele, limfa, lichidul cefalo-rahidian.- 2ore	Prezentare ppt	
4. Sistemul respirator. Structura și funcție. -2 ore	Prezentare ppt	
5. Fiziologia sistemului digestiv.. – 2 ore	Prezentare ppt	
6. Sistemul nervos. Structură și funcție. Funcția de conducere și funcția reflex a sistemului nervos. Funcția de integrare a sistemului nervos. – 2 ore	Prezentare ppt	
7. Postura și locomoția . – 2 ore	Prezentare ppt	
8. Termoreglarea -2ore	Prezentare ppt	
9. Fiziologia sistemului cardiovascular -2 ore	Prezentare ppt	

10. Fiziologia sistemului reno-urinar -2 ore	Prezentare ppt	
11. Fiziologia sistemului endocrin . – 2 ore	Prezentare ppt	
12. Metabolismul intermediar și energetic. – 2 ore	Prezentare ppt	
13. Fiziologia sistemului osteoarticular. – 2 ore	Prezentare ppt	
14. Durerea musculară și efortul fizic	Prezentare ppt	

Bibliografie

- ASTRAND, Per-Olof, RODAHL, Kaare, și colaboratorii, 2003, Textbook of Work Physiology - Physiological Bases of Exercise, 4/E, Editura Human Kinetics
2. BÂRZU Mariana, 2004, Fiziologia efortului - lucrări practice, Editura Mirton, Timișoara
3. BÂRZU Mariana, 2002, Fiziologia efortului. note de curs, Editura Mirton, Timișoara
4. BÂRZU Mariana, 2002, Control și autocontrol medical în educație fizică și sport, Editura Mirton, Timișoara
- BÂRZU Mariana, 2003, Modificările unor parametri funcționali ai sistemului locomotor sub acțiunea exercițiului fizic, Editura Mirton, Timișoara
- PLOWMAN, A., SMITH, Sharon, DENISE, L., 2002, Exercise Physiology For Health, Fitness and Performance, 2/E, Editura Benjamin Cummings
7. MAVRITSAKIS Nikolaos, 2020, Fiziologie umană, Suport de curs, Universitatea ”1 Decembrie 1918” Alba Iulia.

8.2. Seminar-laborator	Metode de predare	Observații
1. Prezentare asupra prezentării obiectului fiziologiei - scurt istoric. Prezentare a descoperirilor în rândul fiziologiei de-a lungul timpului. Conexiunea fiziologiei cu alte științe. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.	
2. Celula - structura și funcția celulei. Forma, dimensiunea și organele celulei. Analogii pentru a înțelege cât mai bine funcția fiecărui organit al celulei. Nivelurile de organizare ale corpului uman. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.	
3. Aprofundare - Sângele – volumul sanguin, circulația sângelui, funcțiile sângelui în organism. Elementele figurate ale sângelui (eritrocite, leucocite, trombocite). Grupele sanguine. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.	
4. Fiziologia aparatului cardio – vascular. Circulația mică și circulația mare. Debitul cardiac. Pulsul cardiac. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.	
5. Limfa și sistemul limfatic. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.	

6. Fiziologia aparatului respirator – mecanica respirației, ventilația pulmonară, schimburile gazoase respiratorii, transportul gazelor respiratorii, reglarea respirației. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
7. Rația alimentară, conținutul caloric al alimentelor. Împărțirea alimentelor în grupe: carbohidrați, protein, glucide. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
8. Fiziologia aparatului excretor. Compoziția urinei. Filtrarea glomerulară. Micțiunea – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
9. Hormonii și influența funcționării acestora asupra întregului organism. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
10. Fiziologia sistemului muscular – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
11. Fiziologia Sportivă. Metabolismul și rezervele energetice. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
12. Sistemele energetice. - 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
13. Fiziologia sistemului nervos. - 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
14. Analizatorii și receptorii. – 2 ore	Prezentare ppt, utilizarea atlaselor anatomice, planșelor și a altor materiale didactice, aplicații online, prelegeri, discuții.
Bibliografie	
<p>. Arthur C. Guyton, Guyton & Hall - Tratat de Fiziologie a Omului, Editura Medicală Callisto, București, 2018.</p> <p>2. Bârză Mariana, 2004, Fiziologia efortului - lucrări practice, Editura Mirton, Timișoara.</p> <p>3. Bârză Mariana, 2002, Fiziologia efortului. note de curs, Editura Mirton, Timișoara.</p> <p>4. Bârză Mariana, 2002, Control și autocontrol medical în educație fizică și sport, Editura Mirton, Timișoara.</p> <p>. Bârză Mariana, 2003, Modificările unor parametri funcționali ai sistemului locomotor sub acțiunea exercițiului fizic, Editura Mirton, Timișoara.</p> <p>. Simona Tache, Nicolae Horațiu Pop, Nikolaos Mavritsakis, 2016, Nutriția și Efortul Fizic, Editura Risoprint, Cluj Napoca</p> <p>. Mavritsakis Nikolaos, 2020, Fiziologia umană, Suport de curs, Universitatea "1 Decembrie 1918" Alba Iulia</p>	

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

Disciplina răspunde prin conținuturi, cerințelor comunității epistemice, asociațiilor profesionale și a anajatorilor din domeniul programului, aspect dovedit prin fisa disciplinei.

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>Test grilă</i>	90%
10.5 Seminar/laborator	<i>Evaluare finală</i>	<i>Examen oral</i>	10%

10.6 Standard minim de performanță:

- Însușirea unor cunoștințe minim necesare de Fiziologie.
- Cerințe pentru promovare:

a) **Prezenta:**

- la curs prezenta este obligatorie în pondere 50%, acordându-se o pondere de 20% în plus la nota finală celor care au frecventat cursul;
- la seminarii pentru a putea fi evaluat, studentul trebuie să aibă o pondere de 70% în cazul în care nu lucrează și 50% pondere prezențe în cazul în care lucrează (se dovedește calitatea de angajat printr-o adeverință eliberată de la locul de muncă).

În cazul în care studentul nu îndeplinește niciuna din condițiile de prezență la curs sau seminar, acesta va putea susține atât examenul ORAL din cadrul seminarului, cât și examenul scris tip grilă cu condiția realizării unor referate.

b) **Nota finală:**

- este compusă din 90% examenul scris (la care studentul trebuie să obțină minim nota 5), 10% nota de seminar.

c) **Examenul:**

- examenul parțial oral din cadrul seminarului va avea o pondere de 10% din nota finală.
- examenul final scris este de tip grilă și va avea o pondere de 90% din nota finală.

NOTA MINIMA PENTRU PROMOVARE ESTE 5

Data completării

01/10/2022

Semnătura titularului de curs



Semnătura titularului de seminar



Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament