

FIȘA DISCIPLINEI

KINESIOLOGIE

Anul universitar 2025 - 2026

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca
1.2. Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Kinetoterapie și Discipline Teoretice
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii / Calificarea	Educație fizică și sportivă/Licențiat în Educație Fizică și Sport
1.7. Forma de învățământ	Învățământ cu frecvență (IF)

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		KINESIOLOGIE				Codul disciplinei		YLR0005
2.2. Titularul activităților de curs			Lect.univ.dr. GEHRȚOIU DAN MIHAI					
2.3. Titularul activităților de seminar			Lect.univ.dr. GEHRȚOIU DAN MIHAI					
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	E	2.7. Regimul disciplinei		OB

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/ laborator/ proiect	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 pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat (consiliere profesională)					2
Examinări					2
Alte activități					2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)				44	
3.8. Total ore pe semestru				100	
3.9. Numărul de credite				4	

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	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Sală de seminar dotată cu aparatură de videoproiecție

6.1. Competențele specifice acumulate¹

¹ Se poate opta pentru competențe sau pentru rezultatele învățării, respectiv pentru ambele. În cazul în care se alege o singură variantă, se va șterge tabelul aferent celeilalte opțiuni, iar opțiunea păstrată va fi numerotată cu 6.

Competențe profesionale/esențiale	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). C3 Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.	•
Competențe transversale	CT1 Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.	•

6.2. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Studentul cunoaște bazele generale ale mișcării, sa devină familiar cu sistemul de cunoștințe aparținând mai multor domenii integrate într-un corp unitar de cunoștințe
Aptitudini	Studentul este capabil să analizeze mișcarea; sa lucreze cu o largă paletă de cunoaștere și înțelegere a experiențelor de activitate motrică din domenii aparținând diferitelor ramuri de sport, din practicarea exercițiilor fizice, din activitatea desășurată la diferite locuri de muncă, din domeniul de reabilitare/refacere, precum și din cele întâlnite în viața de zi cu zi.
Responsabilități și autonomie	Studentul are capacitatea de a lucra independent în domeniile educației fizice și sportului , performanței sportive și kinetoterapiei.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Orientarea și pregătirea studenților în vederea studierii aprofundate a domeniilor lor de interes legate de activitatea motrică.	•
---------------------------------------	--	---

7.2 Obiectivele specifice	• Abilitarea studenților cu sistemul de cunoștințe aparținând mai multor domenii integrate într-un corp unitar de cunoștințe. • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor specifice care să ofere studenților perspective de ocupare de locuri de muncă disponibile în domeniile de studiu din timpul studiilor și din practica lor profesională. • Înmarmarea studenților cu o largă paletă de cunoaștere și înțelegere a experiențelor de activitate motrică din domenii aparținând diferitelor ramuri de sport, din practicarea exercițiilor fizice, din activitatea desășurată la diferite locuri de muncă, din domeniul de reabilitare/refacere, precum și din cele întâlnite în viața de zi cu zi. • Familiarizarea studenților cu subdisciplinele academice ale kinesiologiei ce cuprind filosofia, istoria, sociologia activităților fizice, precum și în ceea ce privește comportamentul motor, sportul, psihologia exercițiului fizic și al sportului, biomecanica și fiziologia activității fizice. • Descrierea de locuri de muncă pentru fiecare domeniu al kinesiologiei în vederea educării studenților pentru alegerea unei cariere academice în concordanță cu posibilitățile și aspirațiile fiecăruia. • Definirea responsabilităților și cerințelor profesionale în sănătate, fitness, exerciții terapeutice, în cadrul procesului instructiv-educativ de predare, în coaching, management și sport.
----------------------------------	---

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere în kinesiologie și activitatea motrică	Curs interactiv	2 ore
2. Învățarea motrică	Curs interactiv	2 ore
3. Aspecte ale istoriei, sociologiei și filosofiei activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
4. Comportamentul motor	Curs interactiv	2 ore
5. Aspecte ale domeniului educațional, competițional și al timpului liber ca parte a experienței activităților motrice	Curs interactiv	4 ore
6. Aspecte ale domeniului expresiei și comunicării prin mișcare și a independenței funcționale ca parte a experienței activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
7. Aspecte ale domeniului sănătății și al celui profesional ca parte a experienței activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
8. Aspecte ale biomecanicii activităților motrice	Curs interactiv	4 ore
9. Cariere profesionale în sănătate și fitness	Curs interactiv	2 ore
10. Cariere profesionale în predarea educației fizice	Curs interactiv	2 ore
11. Cariere profesionale în coaching și instructaj sportiv	Curs interactiv	2 ore

12. Cariere profesionale în management sportiv	Curs interactiv	2 ore
		Total 28 ore

Bibliografie

- 1. Bota Aura** – 2007, *Kinesiologie*, București, Editura Didactică și Pedagogică, R.A.
- 2. Cârstea Gheorghe** – 2000 *Teoria și metodică educației fizice și sportului*, București, Ed. AN-DA,
- 3. Dragnea Adrian & colab** – 2006, *Educație Fizică și Sport – teorie și didactică*, București, FEST.
- 4. Dragnea Adrian, Bota Aura** – 1999, *Teoria Activităților Motrice*, București, Ed Didactică și Pedagogică, R.A.
- 5. Hoffman Shirl (editor)** – 2009, *Introduction to Kinesiology, Third Edition: Studying Physical Activity*, Champaign, Il, Human Kinetics.
- 6. Sandor Iosif** – 2008, *Bazele generale ale Teoriei Educației Fizice și Sportului*, Cluj-Napoca, Curs, Uz intern.
- 7. Sandor Iosif** – 2014, *Kinesiologie*, Cluj-Napoca, Suport de curs, Uz intern.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Acivitatea motrică, învățarea motrică	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Activitatea motrică și sferile sale de exprimare	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Rolul eredității și mediului în desfășurarea activităților motrice	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Valori promovate de activitățile motrice prin sport și competiție	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Kinesiologia și metodele de cercetare specifice	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Etnicitate, rasism, fair-play, toleranță și activitățile motrice.	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
Cariere profesionale în domeniul activităților motrice	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
	Prezentare de referate, discuții tematice	2 ore
		Total 28 ore

Bibliografie

PROQUEST 5000 : <http://proquest.umi.com/login>

EBSCO :<http://search.ebscohost.com>

MLA International Bibliography (colecție abonată cu sprijinul Agenției Naționale de Cercetare Științifică) Mod de acces : http://collections.chadwyck.co.uk/marketing/home_mla.jsp

Periodicals Archive Online (colecție abonată cu sprijinul Agenției Naționale de Cercetare Științifică)

Mod de acces: <http://pao.chadwyck.co.uk>

CARȚI ELECTRONICE:

SpringerLink. Books. Science & Law - 2008 <http://springerlink.com> New!

SpringerLink. Books. Earth and Environmental Science - 2008 <http://springerlink.com> New!

SpringerLink. Books. Mathematics & Statistics - 2008 <http://springerlink.com> New!

Science Direct. Books. Physics & Astronomy - 1995-2006 <http://www.sciencedirect.com> New!

SAGE. Enciclopedia of Anthropology <http://www.sage-ereference.com> New!

SAGE. Enciclopedia of Terrorism <http://www.sage-ereference.com> New!

SAGE. 21 St. Century Sociology <http://www.sage-ereference.com> New!

SAGE. Social Science Research Methods <http://www.sage-ereference.com> New!

Cambridge Companion Online <http://cco.cambridge.org> New

Baza de date JSTOR. Sect. Arts & Science Collections I - acces numai în bibliotecă

Mod de acces: <http://www.jstor.org>

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

- Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor respectând cerințele legilor în vigoare.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate.	Evaluare scrisă (Test Grilă)	60%
10.5 Seminar/laborator	Prezentarea și susținerea publică a unui referat tematic	Notare curentă	20%
	Activitatea în cadrul seminariilor	Notare curentă	20%
10.6 Standard minim de performanță			
• Cunoașterea și aplicarea procedeele metodice, a mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative specifice domeniului de activitate.			

11. Etichete ODD (Obiective de Dezvoltare Durabilă / Sustainable Development Goals)²

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă							
								

Data completării:
05.03.2025

Semnătura titularului de curs

Lector dr. Gherțoiu Dan Mihai

Semnătura titularului de seminar

Lector dr. Gherțoiu Dan Mihai

Data avizării în departament:
15.03.2025

Semnătura directorului de departament

Prof. Univ. Dr. Ciocoi Pop Dumitru Rareș

² Păstrați doar etichetele care, în conformitate cu [Procedura de aplicare a etichetelor ODD în procesul academic](#), se potrivesc disciplinei și ștergeți-le pe celelalte, inclusiv eticheta generală pentru *Dezvoltare durabilă* - dacă nu se aplică. Dacă nicio etichetă nu descrie disciplina, ștergeți-le pe toate și scrieți "*Nu se aplică*".