

FIȘA DISCIPLINEI**FIZIOLOGIE GNERALĂ**

Anul universitar 2026-2027

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI DIN CLUJ NAPOCA
1.2. Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3. Departamentul	SPORTURI INDIVIDUALE
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 / PROFESOR DE EDUCAȚIE FIZICĂ
1.7. Forma de învățământ	ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ REDUSĂ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		FIZIOLOGIE GNERALĂ				Codul disciplinei	YLR0027	
2.2. Titularul activităților de curs – Coordonatorul de disciplină				Asist. univ.dr. Moldovan Remus				
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect – asistent				Asist. univ.dr. Moldovan Remus				
2.4. Anul de studiu	2	2.5. Semestrul	3	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	Conținut	Felul disciplinei DD
							Obligativitate	Obligatorie/opțională DO

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	4	din care: 3.2. curs	2			3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore pe semestru – forma Învățământ cu frecvență redusă	100	din care: 3.5. SI	44	AI	28	3.6. ST + SF + L/P	28
Distribuția fondului de timp pentru studiul individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)							ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe (AI)							28
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren							20
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri							16
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)							2
3.5.5. Examinări							4
3.5.6. Alte activități							2
3.7. Total ore studiu individual (SI) și activități de autoinstruire (AI)	72						
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	Comportament academic, participare interactivă Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului	Participare activă: Este obligatorie participarea activă la lecțiile practice. În cazul absențelor justificate, studenții trebuie să prezinte dovezi corespunzătoare. Echipament: Studenții trebuie să poarte îmbrăcăminte adecvată și încălțăminte de sală. Siguranță: Respectarea normelor de siguranță este obligatorie. Orice comportament periculos sau iresponsabil va fi sancționat prin eliminarea din sală. Laborator dotat cu planșe, mulaje, atlase, tensiometre, stetoscoape, spirometru, ciocan de reflexe și materiale auxiliare.

6. Competențe**6. Competențe specifice acumulate**

Competențe profesionale/esențiale	- Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară; - Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar ; - Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică; - Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.
Competențe transversale	- Organizarea de programe de sport în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; - Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive; - Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală;

7. Obiectivele disciplinei

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Dobândirea cunoștințelor teoretice referitoare la fiziologia generală, însușirea termenilor de specialitate și utilizarea lor pentru studierea și înțelegerea efectelor exercițiului fizic asupra organismului. Cunoașterea principiilor fundamentale ale fiziologiei, necesare aprofundării ulterioare a modului complex de funcționare a aparatelor și sistemelor.
7.2 Obiectivele specifice	Cunoașterea principiilor funcționalității normale a sistemelor organismului uman sănătos și a posibilităților/mecanismelor fundamentale de reglare, care asigură funcționalitatea normală a acestuia. Prezentarea consecințelor/complicațiilor care pot apare în caz de dereglare a procesului funcțional. Însușirea noțiunilor practice legate de funcționarea normală a aparatelor și sistemelor corpului uman prin demonstrație și pentru explorarea funcțională: recunoașterea zgomotelor cardiace, măsurarea pulsului, măsurarea tensiunii arteriale, utilizarea spirometrului.

8. Conținuturi

8.1. AI, SI	Metode de predare	Observații
Obiectul de studiu al fiziologiei. Prezentarea principalelor funcții ale aparatelor și sistemelor organismului uman.	AI,SI	
Sângele: compoziția sângelui, plasma sanguină, elementele figurate, rolul sângelui în organism.		
Fiziologia inimii: proprietățile fiziologice ale miocardului, ciclul cardiac, activitatea mecanică a inimii.		
Fiziologia circulației: caracteristicile anatomo-funcționale ale sistemului cardio-vascular, relații între secțiunea patului vascular și viteza de circulație, legile fizice care guvernează circulația unui lichid printr-un sistem tubular.		

Pulsul, circulația capilară, circulația sângelui în vene, reglarea circulației Fiziologia circulației: caracteristicile anatomo-funcționale ale sistemului cardio-vascular, relații între secțiunea patului vascular și viteza de circulație, legile fizice care guvernează circulația unui lichid printr-un sistem tubular, presiunea arterială, definiție, valori normale, hipertensiunea și hipotensiunea arterială		
Fiziologia respirației (continuare): volumele și capacitățile pulmonare, ventilația pulmonară, transportul gazelor în sânge, etapa tisulară a schimburilor gazoase, reglarea respirației		
Fiziologia digestiei: alimentația, digestia bucală, digestia gastrică, digestia intestinală, secreția și motilitatea intestinului gros, absorbția intestinală		
Fiziologia sistemului nervos: fiziologia măduvei spinării, reflexele medulare, fiziologia trunchiului cerebral, reflexele care se închid în trunchiul cerebral Fiziologia căilor ascendente (a sensibilității generale, a sensibilităților speciale), fiziologia cerebelului, fiziologia diencefalului. Fiziologia emisferelor cerebrale: controlul cortical al mișcărilor; somnul, învățarea și memoria.		
Sistemul endocrin: fiziologia hipofizei, fiziologia secreției tiroidiene și paratiroidiene, fiziologia pancreasului endocrin, corticosuprarenala. Termoreglarea: variații fiziologice ale temperaturii corpului, termogeneza, termoliza.		
Bibliografie: 1. Hăulică I. Fiziologie umană , Editura medicală, ediția a II-a, București, 1996 2. Kory-Mercea M. Elemente de fiziologie generală, <i>Editura „Casa Cărții de Știință”</i> Cluj-Napoca, 2003 3. Zamora E., Kory-Mercea M., Zamora D. C. Elemente practice de fiziologie generală și de fiziologie a efortului fizic sportiv, <i>Editura „Casa Cărții de Știință”</i>, Cluj-Napoca, 1996 4. Dorofteiu M. Fiziologie. Coordonarea organismului uman, Editura Argonaut, Cluj-Napoca, 1992 Moțet, D, 1997, Îndrumător terminologic pentru studenții secției de kinetoterapie. Editura Deșteptarea, Bacău.		
8.2. ST	Metode de predare- învățare	Observații
1. Explorarea sângelui și modificările constantelor biologice; studiul morfologic al elementelor figurate ale sângelui (tabloul sanguin), hematiile, variații fiziologice și patologice ale numărului de hematii; hemoglobina, hematocritul. Viteza de sedimentare a hematiilor, leucocitele, tipuri de leucocite, variații fiziologice și patologice ale numărului de leucocite, trombocitele.	Explicație, demonstrație	
2. Explorarea aparatului cardio-vascular: zgomotele cardiace, frecvența cardiacă, debitul cardiac. Determinarea presiunii arteriale. Explorarea circulației arteriale: pulsul, frecvența pulsului, examinarea pulsului în activitatea sportivă. Termometria cutanată, reacții vasculare ale pielii normale, alte explorări ale circulației arteriale. Explorarea circulației venoase. Circulația capilară.		
3. Explorarea aparatului respirator: probe pentru studiul mișcărilor respiratorii, măsurarea volumelor pulmonare și a capacității vitale. 4. Explorări ale sistemului nervos somatic: legile reflexelor, determinarea reflexelor osteotendinoase, a		

reflexelor cutanate, excitabilitatea neuromusculară, determinarea timpului de reacție Explorări ale analizatorilor: examinarea capacității auditive (audiograma), explorarea aparatului vestibular (proba Romberg, Weil-Babinski, proba mersului pe loc), explorarea analizatorului vizual.		
5. Explorarea sensibilității obiective: explorarea sensibilității superficiale (sensibilitatea tactilă, termică și dureroasă) și explorarea sensibilității profunde (simțul mioartrokinetic, sensibilitatea vibratorie, barestezică), stereognozia și somatognozia.		
6. Explorarea sistemului muscular: determinarea compoziției corporale, a masei musculare active și a țesutului adipos, determinarea forței musculare		

Bibliografie:

1. Hăulică I. Fiziologie umană , Editura medicală, ediția a II-a, București, 1996
2. Kory-Mercea M. Elemente de fiziologie generală, *Editura „Casa Cărții de Știință”* Cluj-Napoca, 2003
3. Zamora E., Kory-Mercea M., Zamora D. C. Elemente practice de fiziologie generală și de fiziologie a efortului fizic sportiv, *Editura „Casa Cărții de Știință”*, Cluj-Napoca, 1996
4. Dorofteiu M. Fiziologie. Coordonarea organismului uman, Editura Argonaut, Cluj-Napoca, 1992

Moțet, D, 1997, Îndrumător terminologic pentru studenții secției de kinetoterapie. Editura Deșteptarea, Bacău.

8.3. SF	Metode de transmitere a informației	Observații
Obiectul de studiu al fiziologiei. Prezentarea principalelor funcții ale aparatelor și sistemelor organismului uman.	SF	
Sângele: compoziția sângelui, plasma sanguină, elementele figurate, rolul sângelui în organism.		
Fiziologia inimii: proprietățile fiziologice ale miocardului, ciclul cardiac, activitatea mecanică a inimii.		
Fiziologia respirației (continuare): volumele și capacitățile pulmonare, ventilația pulmonară, transportul gazelor în sânge, etapa tisulară a schimburilor gazoase, reglarea respirației		
Fiziologia digestiei: alimentația, digestia bucală, digestia gastrică, digestia intestinală, secreția și motilitatea intestinului gros, absorbția intestinală		
Fiziologia sistemului nervos: fiziologia măduvei spinării, reflexele medulare, fiziologia trunchiului cerebral, reflexele care se închid în trunchiul cerebral Fiziologia căilor ascendente (a sensibilității generale, a sensibilităților speciale), fiziologia cerebelului, fiziologia diencefalului. Fiziologia emisferelor cerebrale: controlul cortical al mișcărilor; somnul, învățarea și memoria.	Metode de predare-învățare	Observații
Sistemul endocrin: fiziologia hipofizei, fiziologia secreției tiroidiene și paratiroidiene, fiziologia pancreasului endocrin, corticosuprarenala. Termoreglarea: variații fiziologice ale temperaturii corpului, termogeneza, termoliza.	SF	

Bibliografie:

1. Hăulică I. Fiziologie umană , Editura medicală, ediția a II-a, București, 1996
2. Kory-Mercea M. Elemente de fiziologie generală, *Editura „Casa Cărții de Știință”* Cluj-Napoca, 2003
3. Zamora E., Kory-Mercea M., Zamora D. C. Elemente practice de fiziologie generală și de fiziologie a efortului fizic sportiv, *Editura „Casa Cărții de Știință”*, Cluj-Napoca, 1996
4. Dorofteiu M. Fiziologie. Coordonarea organismului uman, Editura Argonaut, Cluj-Napoca, 1992

Moțet, D, 1997, Îndrumător terminologic pentru studenții secției de kinetoterapie. Editura Deșteptarea, Bacău.

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

Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. AI, SI	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate.	Evaluare scrisă se va face sub forma unui test grilă unde nota minimă obținută va trebui să fie 5 (cinci).	50%
10.5. ST /L/ P	Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale (referate, analize, rapoarte etc.) folosind limbajul specific domeniului	Notare curentă	50%

10.6. Standard minim de performanță

Cunoașterea și aplicarea corectă a noțiunilor de fiziologie generală. Promovarea examenului cu minim nota 5.

Detalii organizatorice, gestionarea situațiilor excepționale:

- cursurile la învățământul cu frecvență se vor ține în Sala AMFITEATRU iar seminariile frontale (SF) în sălile din clădirea FEFS din Parcul sportiv „Iuliu Hațieganu”, conform orarului existent; studenții de la IFR, pot participa la cursurile de la IF;
- prezența la SF este obligatorie, minimum de prezențe necesare intrării la examen este de 5, în caz contrar, acestea trebuie refăcute integral pe parcursul altui an universitar; sportivii de performanță beneficiază de scutiri de frecvență în proporție de 30-50% din numărul total de ore alocate SF.
- la SF studentul va participa sistematic și activ dând dovadă de profesionalism în pregătire, studiind bibliografia indicată;
- în timpul SF și pe parcursul examenului, folosirea telefoanelor mobile, a altor aparate electronice, consumul de alimente, băuturi alcoolice sau substanțe interzise (droguri, halucinogene etc) SUNT STRICT INTERZISE
- EXAMENUL constă dintr-un test grila cu 40 de itemi, cu una sau două variante de răspuns corecte; fiecare item corect se notează cu 0,25 puncte, astfel, 40 itemi x 0,25p = 10. Acestea reprezintă 50% din nota finală. Restul de 50% adăugându-se de la evaluarea studentului din activitatea depusă în cadrul SF;
- examenul de MĂRIRE A NOTEI se va da în perioada examenelor RESTANTE, în ultimul interval orar.

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

	Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă						
							

Coordonator de disciplină
Asist. univ.dr. Moldovan Remus

Asistent
Asist. univ.dr. Moldovan Remus

Data

Responsabil de studii ID/IFR,
Lect. univ. dr. András Álmos

