

FIȘA DISCIPLINEI

KINESIOLOGIE

Anul universitar 2026/2027

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2. Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT-Extensia Bistrița
1.3. Departamentul	Sporturi Individuale
1.4. Domeniul de studii	Educație fizică și sportivă
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	Zi

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	1	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	Examen
2.7. Regimul disciplinei	Obligativu		2.8. Tipul disciplinei	Disciplină fundamentală (DF)	

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)				83	
3.8. Total ore pe semestru				56	
3.9. Numărul de credite				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	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 dobândite în urma absolvirii programului de studii (se preiau din planul de învățământ)

Competențe profesionale	
Codul competenței	Competență

CP4	Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă;
------------	--

6.2. Rezultatele învățării specifice programului de studii (se preiau din planul de învățământ)

Rezultatele învățării vizate prin disciplină		
Codul competenței	Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)	Abilități academice specifice (Specific academic skills)
CP4	Studentul/absolventul explică și descrie noțiunile fundamentale de anatomie, de biomecanică și de fiziologie, precum și fundamentele biomecanice și comportamentale ale activităților motrice, în vederea utilizării eficiente a acestora la gestionarea efortului fizic sportiv.	Studentul/absolventul -identifică structurile anatomice ale organismului uman și relațiile cu funcțiile acestora;

7. Rezultatele învățării specifice disciplinei

Cunoștințe și înțelegere (Knowledge and understanding)
1. Studentul cunoaște bazele generale ale mișcării, sa devină familiar cu sistemul de cunoștințe aparținând mai multor domenii integrate într-un corp unitar de cunoștințe
Abilități academice specifice (Specific academic skills)
1. 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 desăsurată la diferite locuri de muncă, din domeniul de reabilitare/refacere, precum și din cele întâlnite în viața de zi cu zi.
2. Studentul are capacitatea de a lucra independent in domeniile educației fizice și sportului , performanței sportive și kinetoterapie

8. Conținuturi

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

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 - învățare	Observații
Acivitatea motrică, învățarea motrică	Prezentare de referate, discuții tematice	
Activitatea motrică și sferile sale de exprimare	Prezentare de referate, discuții tematice	
Rolul eredității și mediului în desfășurarea activităților motrice	Prezentare de referate, discuții tematice	
Valori promovate de activitățile motrice prin sport și competiție	Prezentare de referate, discuții tematice	
Kinesiologia și metodele de cercetare specifice	Prezentare de referate, discuții tematice	
Etnicitate, rasism, fair-play, toleranță și activitățile motrice.	Prezentare de referate, discuții tematice	
Cariere profesionale în domeniul activităților motrice	Prezentare de referate, discuții tematice	

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>

CARTI 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. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate.	Evaluare scrisă (Test Grilă)	60%
9.5 Seminar/laborator	Prezentarea și susținerea publică a unui referat tematic	Notare curentă	20%
	Activitatea în cadrul seminariilor	Notare curentă	20%
9.6 Standard minim de promovare			
...			

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

		Eticheta generală pentru Dezvoltare durabilă						
								
								
								Nu se aplică nici o etichetă
								

Semnătura titularului de curs
Lector dr. Gherțoiu Dan

Semnătura titularului de seminar
Lector dr. Gherțoiu Dan

Semnătura directorului de departament
Lect. Dr. Nuț Ramona Ancuța