

## FIȘA DISCIPLINEI

# Fiziologie

### 1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	<b>Universitatea Bogdan Vodă din Cluj-Napoca</b>
1.2. Facultatea	Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Departamentul de Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/forma de învățământ	<b>Educație Fizică și Sportivă/ IF</b>
1.7. Anul universitar	<b>2025-2026</b>

### 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<b>Fiziologie</b>						
Codul disciplinei	<b>E 2101</b>						
2.2. Titularul activităților de curs	<b>Prof.univ. dr. Mohammad Jaradat</b>						
2.3. Titularul activităților de seminar	<b>Lect.univ dr. Chiroban Ovidiu</b>						
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	DC/DOB

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	<b>2</b>	din care: 3.2. curs	<b>1</b>	3.3. seminar/ laborator	<b>1</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>	din care: 3.5. seminar	<b>14</b>	3.6. seminar/laborator	<b>14</b>
<b>Distribuția fondului de timp pentru studiul individual</b>					<b>ore</b>
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					<b>25</b>
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					10
3.5.4. Tutoriat (consiliere profesională)					5
3.5.5. Examinări					2
3.5.6. Alte activități					10
<b>3.7. Total ore studiu individual</b>	<b>72</b>				
<b>3.8. Total ore pe semestru</b>	<b>100</b>				
<b>3.9. Numărul de credite</b>	<b>4</b>				

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	<b>Anatomie funcțională</b>
4.2. de competențe	<b>Nu este cazul</b>

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sala de curs dotată cu computer și videoproiector Platforma G-suite pentru învățământul online
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	Sala de seminar / Laborator dotat corespunzător cerințelor cu aparatură specială, stetoscop, tensiometru, spirometru, bandă metrică, compas, ciocan de reflexe, videoproiector

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	C1 – Proiectarea modulară în 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 în Educație fizică și sportivă
-------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Competențe transversale	CT1 - Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
----------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### 7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1. Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Însușirea cunoștințelor despre mecanismele funcționale umane, fizico-chimice și biologice care permit adaptarea și integrarea organismului în condițiile mediului extern și intern;</li> <li>- Desfășurarea aplicațiilor practice în vederea consolidării deprinderilor de a folosi metode științifice și tehnice de lucru specifice investigării proceselor biologice.</li> </ul>
7.2. Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 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 și a compasului Weber.</li> <li>- Educarea capacității de a utiliza corect limbajul de specialitate cu aplicabilitate în diagnosticizarea nevoilor intervenției kinetoterapeutice.</li> </ul>

### 8. Conținuturi

8.1. Curs	Metode de predare	Observații
Fiziologia neuronului. Sinapsa	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia sistemului nervos central	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia sistemului nervos vegetativ	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia analizatorilor	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia sistemului endocrin. Glandele endocrine	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia contracției musculare muscular	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia digestiei și absorbției	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia respirației	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Sângele	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia aparatului cardiovascular	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Fiziologia excreției	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Metabolismul intermediar și energetic	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Termoreglarea	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Homeostazia și adaptarea	Prelegere / curs interactiv	1 ora
Bibliografie:		
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Demeter A., 1991. <i>Bazele fiziologice si biochimice ale calitatilor sportive</i>. Ed. Sport – Turism.</li> <li>2. Hăulică, I., 1996. <i>Fiziologie umană</i>, ediția a II-a. Ed. Med., București.</li> <li>3. Filipaș I., Ardelean, G., 2004. <i>Fiziologie generală – cu referiri speciale la sport</i>. Ed. Bion Satu Mare.</li> <li>4. Niculescu, Th. C., Cărmăciu, R., Voiculescu, B., Sălăvăstru, C., Niță, C., Ciornei, C., 2003. <i>Anatomia și fiziologia omului - compendiu</i>. Ediția a II-a. Ed. Corint, București.</li> <li>5. Ranga V., Dumitru R., 1993. <i>Atlas de anatomia omului: Sistemul nervos central</i>. Ed. Did. Si Ped. Bucuresti</li> <li>6. Sandu Victoria-Doina, Pașca, Cristina, Kiss, Erika, 1999. <i>Anatomia și fiziologia omului</i>. Ed. Presa Universitară Clujeană.</li> <li>7. Sandu, Victoria-Doina, Pașca, Cristina, 1996. <i>Îndrumător de lucrări practice de histoembriologie</i>. Univ. Babeș-Bolyai, Fac. de Biologie, Cluj-Napoca.</li> <li>8. Stoica, I., Mihăilescu, I., 1981. <i>Lucrări practice de anatomie și fiziologie animală</i>. Ed. Did. și Ped., București.</li> <li>9. Kory-Mercea Marilena Elemente de fiziologie generală, <i>Editura „Casa Cărții de Știință”</i> Cluj-Napoca, 2003</li> <li>10. Zamora Elena, Kory-Mercea Marilena, Zamora Doru Caius Elemente practice de fiziologie generală și de fiziologie a efortului fizic sportiv, <i>Editura „Casa Cărții de Știință”</i>, Cluj-Napoca, 1996</li> </ol>		
8.2. Seminar	Metode de predare	Observații
Definirea conceptelor ergofiziologice de bază	Prezentare de referate	1 ora
Fenomene care însoțesc contracția musculară	Prezentare de referate	1 ora
Funcția motorie a SN	Prezentare de referate	1 ora
Proprietățile și tipurile fibrei musculare	Prezentare de referate	1 ora
Aspecte fiziologice ale posturii și locomoția	Prezentare de referate	1 ora

Metabolismul muscular	Prezentare de referate	1 ora
Metabolismul muscular	Prezentare de referate	1 ora
Reacții adaptative ale organismului in efort	Prezentare de referate	1 ora
Termoreglarea in efortul sportiv	Prezentare de referate	1 ora
Efortul aerob si anaerob	Prezentare de referate	1 ora
Evaluarea capacității de efort a organismului	Prezentare de referate	1 ora
Antrenamentul sportiv	Prezentare de referate	1 ora
Pregătirea sportiva si refacerea sportivilor / părți componente ale antrenamentului sportiv	Prezentare de referate	1 ora
Factorii care influențează performanta sportiva	Prezentare de referate	1 ora

**Bibliografie:**

1. Demeter A., 1991. *Bazele fiziologice si biochimice ale calitatilor sportive*. Ed. Sport – Turism.
2. Hăulică, I., 1996. *Fiziologie umană*, ediția a II-a. Ed. Med., București.
3. Filipaș I., Ardelean, G., 2004. *Fiziologie generală – cu referiri speciale la sport*. Ed. Bion Satu Mare.
4. Niculescu, Th. C., Cărmăciu, R., Voiculescu, B., Sălăvăstru, C., Niță, C., Ciomei, C., 2003. *Anatomia și fiziologia omului - compendiu*. Ediția a II-a. Ed. Corint, București.
5. Ranga V., Dumitru R., 1993. *Atlas de anatomia omului: Sistemul nervos central*. Ed. Did. Si Ped. Bucuresti
6. Sandu Victoria-Doina, Pașca, Cristina, Kiss, Erika, 1999. *Anatomia și fiziologia omului*. Ed. Presa Universitară Clujeană.
7. Sandu, Victoria-Doina, Pașca, Cristina, 1996. *Îndrumător de lucrări practice de histoembriologie*. Univ. Babeș-Bolyai, Fac. de Biologie, Cluj-Napoca.
8. Stoica, I., Mihăilescu, I., 1981. *Lucrări practice de anatomie și fiziologie animală*. Ed. Did. și Ped., București.
9. Kory-Mercea Marilena Elemente de fiziologie generală, *Editura „Casa Cărții de Știință”* Cluj-Napoca, 2003
10. Zamora Elena, Kory-Mercea Marilena, Zamora Doru Caius Elemente practice de fiziologie generală și de fiziologie a efortului fizic sportiv, *Editura „Casa Cărții de Știință”*, Cluj-Napoca, 1996

**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 respectând cerințele legilor în vigoare.

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare (online pe platforma G-suite/face to face)	10.3. Pondere din nota finală
10.4. SI (curs)	Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea noțiunilor specifice domeniului de activitate	Evaluare scrisă	70%
10.5. ST /L/ P	Prezentarea și susținerea unui referat tematic Activitatea în cadrul seminariilor	Evaluare curentă Evaluare curentă	20% 10%
<b>10.6. Standard minim de performanță</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Cunoașterea teoretică și practică a noțiunilor de fiziologie; capacitatea de a identifica pe materialele didactice sau pe viu a diferitelor elemente prezentate</li> <li>– Prezentă la curs / seminar (modul on-line): Min. 80%</li> </ul>			

Data completării,  
20.09.2025

Semnătură titular curs,  
Prof.univ. dr. Mohammad Jaradat

Semnătură titular seminar,  
Lect.univ.dr Chiroban Ovidiu

Data avizării în departament,  
29.09.2025

Semnătura directorului de departament,  
Conf.univ.dr. Milon Alexandra-Gabriela