



FIȘA DISCIPLINEI

Universitatea	UNIVERSITATEA DE MEDICINĂ ȘI FARMACIE "CAROL DAVILA"
Facultatea	"CAROL DAVILA". BUCUREȘTI FACULTATEA DE MEDICINA
Specializarea	MEDICINA SPORTIVA

I.

Denumire disciplină	FIZIOLOGIA SI FIZIOPATOLOGIA EFORTULUI FIZIC curs optional	Categoria: DS
---------------------	---	---------------

II.

Structură disciplină (Nr. ore săptămânal)						
Cod disciplină	Semestrul	Credite	Curs	Seminar	Laborator	Proiect
M 06		2	2 ore			

III.

Statut disciplină	Obligatorie	Opțională	Facultativă
(se marchează cu x)		X	

IV.

Titular Curs: Sef de Lucrari. Dr. Adela Caramoci		
	Curs si Lp	Curs
Numele și prenumele		Adela Caramoci
Instituția		UMF „Carol Davila” Bucuresti
Disciplina/Clinica		Medicina Sportiva Institutul National de Medicina Sportiva
Titlul științific		Doctor in medicina
Gradul didactic		Sef de lucrari
Încadrarea (norma de bază-asociat)		norma de bază
Vârsta		46

V.

<p>Obiectivul general al acestei discipline de studiu este prezentarea și însușirea de către studenți a noțiunilor teoretice esențiale ale specialității de Medicina Sportiva</p> <p>Obiectivele disciplinei de studiu pentru studenți</p> <ul style="list-style-type: none">• Noțiuni de fiziologie a efortului: modificari acute si cronice induse de efortul fizic• Cunoasterea principiilor de antrenament fizic• Cunoasterea abordării medicale clinice a sportivilor de performanta• Noțiuni de patologii indusa de efort
--

VI.

Conținutul disciplinei	Nr. ore/săpt.
VI.1. Curs (capitole/subcapitole)	7 ore 1/spt
FIZIOLOGIA SI FIZIOPATOLOGIA EFORTULUI FIZIC Curs 1 Surse energetice, rolul și secvența utilizării lor în susținerea energetică a efortului fizic Curs 2 Capacitatea aerobă și anaerobă de efort – definiție, caracteristici, factori de influență, metode de creștere Curs 3 Antrenament de altitudine medie - definiție, caracteristici, utilitate Curs 4 Clasificarea eforturilor – criteriul sistemul energogenic implicat, calități biomotrice, exemple Curs 5 Modificări adaptative acute cardio-vasculare, respiratorii și musculare în efort Curs 6 Modificări adaptative cardio-vasculare, respiratorii și musculare cronice în antrenamentul sportiv	

Curs 7 Oboseala cronica la sportivi - aspecte particulare clinice si paraclinice, diagnostic, prognostic	
VI.2. Seminar (dacă este cazul)	
VI.3. Lucrări de laborator (dacă este cazul)	
1.	
VI.4. Tematică proiect (dacă este cazul)	

VII.

Bibliografie

BIBLIOGRAFIE MINIMALA:

- Ionescu Anca Mirela. „Capacitatea de efort” Editura Universitaria, Craiova, 2005
- Ionescu Anca Mirela. "Medicina Sportiva. Performanta si Sanatate", Editura Medicala, Bucuresti. 2013.
- Klisouras V, Anca Ionescu „Fiziologia Exerciitiului - notiuni fundamentale”, Editura Bren, Bucuresti 2013

VIII.

Modul de transmitere a informatiilor

Forme de activitate	Metode didactice folosite
Curs	Expunerea interactiva a materialului conform programei analitice, folosind mijloace multimedia, prezentari powerpoint, filme didactice. Folosire de mijloace interactive, în principal discutia cu studentii. La finalizarea cursului - verificarea cunostintelor transmise studentilor, prin formula moderna a eseului
Seminar	
Laborator	
Proiect	

IX.

Evaluare		
Forme de activitate	Evaluare	% din nota finală
Examen, colocviu, verificare periodica	Examen scris (eseu) din tematica de curs	100%
Seminar		
Laborator		
Proiect		

Abilități dobândite de student:

Capacitate de evaluare și de identificare a principalelor adaptari fiziologice sau patologice pe care le implica efortul fizic
Orientare privind indicatiile, limite si contraindicatii pentru recomandarea efortului sportiv

Titulari curs,
Sef de Lucrari, Dr. Adela Caramoci

Dr. ADELA CARAMOCI
Lector Universitar
Medic primar
Med. sportivă 01937