

FIȘA DISCIPLINEI
Anul universitar 2021-2022
Anul de studiu I / Semestrul I

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Facultatea de Științe Economice
1.3. Departamentul	Departamentul de Administrarea Afacerilor și Marketing
1.4. Domeniul de studii	Administrarea Afacerilor
1.5. Ciclu de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificarea*	Economia comerțului, turismului și serviciilor/ 242102 Specialist îmbunătățire procese, 242104 Responsabil proces, 242110 Specialist în planificarea, controlul și raportarea performanței economice

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Educație fizică	2.2. Cod disciplină	ECTS 118
2.3. Titularul activității de curs	-		
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Asist.univ.drd. Petrovici Alexandru Gabriel		
2.5. Anul de studiu	I	2.6. Semestrul	I
		2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	C
		2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Numar ore pe săptămână	2	din care: 3.2. curs	-	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5. curs	-	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					-
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					25
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					-

3.7 Total ore studiu individual	47
3.9 Total ore pe semestru	75
3.10 Numărul de credite**	3

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	<i>Nu este cazul.</i>
4.2. de competențe	<i>Nu este cazul.</i>

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	<i>Nu este cazul</i>
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<i>Sală de sport dotată cu aparatura necesară desfășurării lecției de ed.fizică.</i>

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<i>Nu este cazul</i>
Competențe transversale	<i>Nu este cazul</i>

7. Obiectivele disciplinei (reiesind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<i>Menținerea unei stări optime de sanatate a studenților.</i>
7.2 Obiectivele specifice	<i>O1 Cunoașterea de către studenți a regulamentului si practicării jocurilor sportive baschet, fotbal, handbal și volei. O2 Cunoașterea de către studenți a efectuării individuale a primelor trei verigi din lecția de educație fizică. O3 Obșnuirea studenților cu practicarea individuală a exercitiilor fizice in timpul liber.</i>

8. Conținuturi*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
<i>Nu este cazul</i>	<i>Nu este cazul</i>	<i>Nu este cazul</i>

8.2 Seminar-laborator	Metode de predare	
Organizarea colectivului. Prezentarea normelor si masurilor de siguranta in activitatea de educatie fizica si sport	Conversația	LP 1,LP 2
<p>Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază in jocul de baschet, volei, handbal</p> <ul style="list-style-type: none"> -poziția fundamentală - deplasările - schimbările de direcție - pirueta - săriturile - lucrul de brațe și jocul de picioare - jocul cu mingea -pasarea mingii -pasa cu două mâini de la piept, de deasupra capului - pasa cu o mana din dreptul pieptului - pasarea mingii din deplasare - oprirea - pivotarea - driblingul - aruncarea la coș. - serviciul, - lovirea mingii cu 2 maini de jos si de sus - lovitura de atac - aruncarea la poarta 	Explicația,demonstrația	LP 3, LP 4, LP 5, LP 6,LP 7,LP 8,LP 10, LP 11
Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare in jocul de baschet, volei, handbal și fotbal	Exerciții, ștafete, 1x1,2x2,3x3, joc bilateral pe teren redus si pe teren normal	LP 12, LP 13,
Evaluare / colocviu	Joc bilateral la alegere din handbal, baschet, volei,fotbal.	LP 14
<p>Bibliografie</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Roman,Gh.,2003,” Evaluarea în jocul de baschet” Ed.Napoca Star, Cluj N. 2. Roman,Gh., 2003, „ Baschet” Ed. Napoca Star , Cluj – Napoca 3. Colibaba – Evuleț,D., Bota,I., 1998 ”Jocuri sportive”-Teorie și metodică”Ed. Aldin 4. Predescu T., Moanță A.,2001 “Baschetul școală. Instruire - învățare”, Ed. Semne 		

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

Nu este cazul.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Nu este cazul</i>	Nu este cazul	Nu este cazul
10.5 Seminar/laborator	<i>Verificare pe parcurs</i>	-calificativul obținut la forma de evaluare continuă	50%
	<i>Activitate la laborator</i>	-calificativul pentru activități aplicative	50%
10.6 Standard minim de performanță: -obținerea notei minime 5 Promovarea colocviului presupune obținerea la colocviul final calificativul admis . Prezentarea la examen a studenților este condiționată de: - prezența la seminar în proporție de minim 80% .			

Data completării
03 Septembrie 2021

Semnătura titularului de seminar
Asist. univ. drd. Petrovici Alexandru Gabriel

Data avizării în departament
03 Septembrie 2021

Semnătura directorului de departament
Lect. univ. dr. Maican Silvia Ștefania