

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

**1. Date despre program**

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918”
1.2. Facultatea	de Științe Economice
1.3. Departamentul	Administrarea Afacerilor și Marketing
1.4. Domeniul de studii	Administrarea Afacerilor
1.5. Ciclul 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 219.4			
2.3. Titularul activității de curs	-						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Asist. univ. dr.d. Petrovici Alexandru Gabriel						
2.5. Anul de studiu	II	2.6. Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	C	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	F

**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					
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități .....					20

3.7 Total ore studiu individual	22
3.9 Total ore pe semestru	50
3.10 Numărul de credite**	2

**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	Nu este cazul
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Sală de sport dotată cu aparatura necesară desfășurării lecției de ed.fizică.

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	-
Competențe transversale	<i>CT2</i> Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei.

## 7. Obiectivele disciplinei (reieșind 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 și 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 Obișnuirea studenților cu practicarea individuală a exercitiilor fizice în 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>
<b>8.2 Seminar-laborator</b>	<b>Metode de predare</b>	
Organizarea colectivului. Prezentarea normelor și măsurilor de siguranță în activitatea de educație fizică și sport	Conversația	<b>LP 1, LP 2</b>  <b>2 ore</b>
Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază în jocul de baschet, volei, handbal - poziția fundamentală - deplasările - schimbările de direcție - pirueta - săriturile - lucrul de brațe și jocul de picioare - jocul cumințea - pasare mingii - pasa cu două mâini de la piept, de deasupra capului - pasa cu o mână din dreptul pieptului - pasarea mingii din deplasare - oprirea - pivotarea - driblingul - aruncarea la coș. - serviciul, - lovire a mingii cu 2 mâini de jos și de sus - lovitura de atac - aruncarea la poartă	Explicația, demonstrația	<b>LP 3, LP 4, LP 5, LP 6, LP 7, LP 8, LP 10, LP 11</b>  <b>20 ore</b>
Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei, handbal și fotbal	Exerciții, ștafete, 1x1, 2x2, 3x3, joc bilateral pe teren redus și pe teren normal	<b>LP 12, LP 13, 4 ore</b>
Evaluare / colocviu	Joc bilateral la alegere din handbal, baschet, volei, fotbal.	<b>LP 14</b> <b>2 ore</b>
<b>Bibliografie</b>		
1. Roman, Gh., 2003, "Evaluarea în jocul de baschet" Ed. Napoca Star, Cluj N.		

2. Roman, Gh., 2003, „Baschet” Ed. NapocaStar ,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  
03.09. 2021

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

Data avizării în departament  
03.09.2021

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