

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

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	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
1.7. Forma de învățământ	Învățământ la distanță

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Educație fizică			Codul disciplinei		ECTS 229	
2.2. Titularul activităților de curs				-				
2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect				Lect. univ. dr. Ursu Vasile				
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7. Regimul disciplinei	Conținut	Felul disciplinei DFc
							Obligativitate	Obligatorie/optională DOp

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

3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență	2	din care: 3.2. curs	-	3.3. seminar/ laborator/ proiect	2
3.4. Total ore pe semestru – forma ID	75	din care: 3.5. AI	61	3.6. AT + TC / AA / ST + SF / L / P	14
Distribuția fondului de timp					ore
3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					19
3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri					20
3.5.4. Tutoriat					-
3.5.5. Examinări					2
3.5.6. Alte activități					-
3.7. Total ore studiu individual		61			
3.8. Total ore pe semestru		75			
3.9. Numărul de credite		3			

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	-
5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului	Sală de sport dotată cu aparatura necesară desfășurării lecției de ed.fizică.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	-
-------------------------	---

Competențe transversale	CT2 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. AI	Metode de predare	Observații
Organizarea colectivului. Prezentarea normelor și măsurilor de siguranță în activitatea de educație fizică și sport		20%
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 - pasarea 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, - lovirea mingii cu 2 mâini de jos și de sus - lovitura de atac - aruncarea la poartă	Conversația Explicația, demonstrația Exerciții, ștafete, 1x1, 2x2, 3x3, joc bilateral pe teren redus și pe teren normal Joc bilateral la alegere din handbal, baschet, volei, fotbal.	60 %
Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei, handbal și fotbal		20%
Bibliografie: 1. Roman, Gh., 2003, "Evaluarea în jocul de baschet" Ed. NapocaStar, Cluj N. 2. Roman, Gh., 2003, „Baschet” Ed. NapocaStar, Cluj– Napoca 3. Colibaba – Evuleț, D., Bota, I., 1998 "Jocuri sportive"-Teorie și metodă" Ed. Aldin 4. Predescu T., Moanță A., 2001 "Baschetul școală. Instruire - învățare", Ed. Semne		
8.2. AT	Metode de predare- învățare	Observații
AT1. Dezbateri privind unitățile 1-2 Clarificarea răspunsurilor la testele de evaluare aferente modulelor 1 -2.	-	2 ore
AT2. Dezbateri privind unitățile 3-4 Clarificarea răspunsurilor la testele de evaluare aferente modulelor 3-4.	-	2 ore
Bibliografie: 1. Roman, Gh., 2003, "Evaluarea în jocul de baschet" Ed. NapocaStar, Cluj N. 2. Roman, Gh., 2003, „Baschet” Ed. NapocaStar, Cluj– Napoca 3. Colibaba – Evuleț, D., Bota, I., 1998 "Jocuri sportive"-Teorie și metodă" Ed. Aldin		

4. Predescu T., Moanță A., 2001 "Baschetul școală. Instruire - învățare", Ed. Semne		
8.3. TC	Metode de transmitere a informației	Observații
TC1. Dezbateri privind Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază în jocul de baschet Dezbateri privind Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază în volei, handbal	Exerciții, ștafete, 1x1, 2x2, 3x3, joc bilateral pe teren redus și pe teren normal	5 ore
TC2. Dezbateri privind Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei Dezbateri privind Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul handbal și fotbal	Joc bilateral la alegere din handbal, baschet, volei, fotbal.	5 ore
Bibliografie: 1. Roman, Gh., 2003, "Evaluarea în jocul de baschet" Ed. NapocaStar, 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		
8.4. AA / L / P	Metode de predare-învățare	Observații
-	-	-

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

Conținuturile disciplinei sunt adaptate necesităților actuale ale angajatorilor, contribuind la dobândirea de către studenții programului de studii Contabilitate și Informatică de Gestiune de cunoștințe și abilități specifice corepondenței în limba străină, necesare viitorilor economiști.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. AI (curs)	Volumul și corectitudinea cunoștințelor	Probă orală	50%
	Rigoarea științifică a limbajului		
10.5. TC / AA / ST / L / P	Corectitudinea și completitudinea întocmirii lucrărilor practice	Verificare pe parcurs	50%
10.6. Standard minim de performanță: obținerea notei minime 5 50% cunoștințe și deprinderi			

Coordonator de disciplină
Lect.univ.dr. Ursu Vasile

Tutore de disciplină
Lect.univ.dr. Ursu Vasile

Data
03.09.2021

Responsabil specializare ECTS ID,
Lect. univ. dr. Dârja Mălina