

FIȘA DISCIPLINEI
(licență)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” DIN SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE INGINERIE ELECTRICĂ ȘI ȘTIINȚA CALCULATOARELOR
Departamentul	CALCULATOARE ȘI TEHNOLOGIA INFORMAȚIEI
Domeniul de studii	CALCULATOARE ȘI TEHNOLOGIA INFORMAȚIEI
Ciclul de studii	LICENȚĂ
Programul de studii/calificarea	CALCULATOARE
Codul disciplinei	

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT				
Titularul activităților de curs	-				
Titularul activităților de seminar	Lect. univ. dr. Sorin Rata				
Anul de studiu	II	Semestrul	3	Tipul de evaluare	-
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DF - fundamentală, DD - în domeniu, DS - de specialitate, DC - complementară				DC
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DO - obligatorie (impusă), DA - opțională (la alegere), DL - facultativă (liber aleasă)				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	1	Curs	-	Seminar	1	Laborator	-	Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	14	Curs	-	Seminar	14	Laborator	-	Proiect	

II Distribuția fondului de timp pe semestru:	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	2
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	7
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	-
II d) Tutoriat	-
III Examinări	2
IV Alte activități (precizați):	-

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	9
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	25
Numărul de credite	2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	-capacități pecifi generale -componentele condiției fizice optime - reprezentări pecific domeniului - lucrul în echipă

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	
Desfășurare aplicații	Laborator • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, fluier, teren, sala atletism, mingi de volei și fotbal

	Proiect	
--	---------	--

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>1. Instrumental specific t – să alcătuiască, dirijeze și evalueze complexe de exerciții specific disciplinei</p> <p>2. Competențe de comunicare – relaționare -să folosească terminologia disciplinei -să comunice și să colaboreze cu partenerii; -să aplice cunoștințele specific în situații profesionale diferite; -să ofere exemple de exerciții</p>
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Integrarea unor cunoștințe, priceperi și deprinderi menite să-l aducă în situația de a efectua pregătire tehnică și metodică corespunzătoare în funcție de vîrstă, nivel de pregătire și obiectivul urmărit • Principiul activității integrate ce presupune însușirea metodologiei corespunzătoare rezolvării problemelor ridicate în lecția de educație fizică și sport

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea cunoștințelor teoretice, metodice și organizatorice, precum și a priceperilor și deprinderilor practice necesare predării exercițiilor de atletism în lecțiile de educație fizică din învățământul primar și gimnazial în activitățile sportive școlare și extrașcolare ale elevilor ; • Înzestrarea studenților cu un specific de cunoștințe metodice necesare activităților de practică specific t în timpul liber a exercițiilor de atletism, în mod deosebit a alergării (prin Jogging), de către oameni de toate vîrstele, pentru întărirea și păstrarea sănătății și a robusteții organismului; • Formarea capacității de a demonstra structura tehnicii specific a exercițiilor care compun școala atletismului, precum și a tehnicii principalelor probe de alergări;
-----------------------------------	--

8. Conținuturi

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<p>Lucrări practice – 14 ORE – Semestrul 3</p> <p>Învățarea , consolidarea și verificarea tehnicii exercițiilor din școala alergării</p> <p style="padding-left: 20px;">- Alergarea pe teren variat, alergarea peste obstacole</p>	4	Prezentare, explicație, demonstrație	
<p>Învățarea , consolidarea și verificarea tehnicii exercițiilor din școala săriturii</p> <p style="padding-left: 20px;">- Pasul săltat, pasul sărit, săritura în lungime de pe loc</p>	6		
<p>Învățarea și consolidarea procedeelor de înot craul și spate</p>	6	Prezentare, explicație, demonstrație	
<p>Învățarea și consolidarea unui joc specific la alegere; volei-fotbal</p>	4		

Bibliografie	
<ul style="list-style-type: none"> • Tatu, T., Teoria și metodică atletismului, București, 1978 • Tatu, T., Plocon, E., Atletism, Editura Fundației România de Măine, București, 2001 • Rață, G., Atletism, Editura Alma Mater, Bacău, 2002 • Rață, G., Ababei, C., Predarea atletismului în școală, Editura Alma Mater, Bacău, 2003 • Roman, D., Rugină, G., Metodica predării exercițiilor din atletism, București, 2001 • Sabău, I., Sabău E., Atletism- Curs pentru studenții anilor I și II, Ed. ANEFS, București, 	
Bibliografie minimală	
<ul style="list-style-type: none"> • Rață, G., Ababei, C., Predarea atletismului în școală, Editura Alma Mater, Bacău, 2003 • Roman, D., Rugină, G., Metodica predării exercițiilor din atletism, București, 2001 • Alexe, D. A., Atletism, Îndrumar practico-metodic, Editura PIM, 2007 	

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

<ul style="list-style-type: none"> • Este o disciplină de perfecționare prevăzută în planul de învățământ, pentru primul ciclu de formare profesională, ciclul de licență, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților viitorului specialist în domeniul educației fizice și sportive, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Laborator	Demonstrarea corectă a exercițiilor învățate	Evaluarea practică a exercițiilor învățate Participare la competiții sportive	80% 20%
Proiect			
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> - însușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei; - cunoașterea problemelor de bază din domeniu; - parcurgerea bibliografiei minimale; - participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; - realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice 			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar
26.09.2022		

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
29.09.2022	

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului
30.09.2022	