

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA BABEȘ-BOLYAI
1.2 Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Departamentul	DEPARTAMENTUL DE JOCURI SPORTIVE
1.4 Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
1.5 Ciclul de studii	MASTERAT
1.6 Programul de studiu	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE (la Reșița)

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei (ro)	PRACTICĂ ÎN CENTRE DE ÎNTREȚINERE						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților de practică	Lect. univ. dr. Rohozneanu Dan Mihai						
2.4 Anul de studiu	II	2.5 Semestrul	3	2.6. Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	Ob.

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	Din care: 3.2 curs	0	3.3 practică	4
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	Din care: 3.5 curs	0	3.6 practică	56
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					14
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual	44				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Teoria și metodică educației fizice și sportului, Fitness, Jocuri de mișcare
4.2 de competențe	Competențe generale și specifice dobândite prin studierea disciplinelor menționate

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 De desfășurare a cursului	Nu este cazul
5.2 De desfășurare a activității practice	Echipament adecvat, disponibilitate fizică corespunzătoare sarcinilor din LP Prezența la cel puțin 10 lecții practice și întocmirea fișelor de observație corespunzătoare.

--	--

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea cunoștințelor științifice fundamentale, a conceptelor, teoriilor și a procedeelelor metodice de bază din domeniul Științei sportului și educației fizice în activitatea profesională; • Valorificarea mijloacelor și a metodelor specifice în scopul creșterii calității procesului instructiv-educativ, atât din punctul de vedere al proiectării, cât și al desfășurării acestuia; • Aplicarea principiilor și a mecanismelor care guvernează structurile biologice și psihice ale organismului uman în activitățile fizice ludice, gimnice și recreative; • Proiectarea și conducerea activităților sportive extrașcolare și a competițiilor sportive;
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Cooperarea eficientă în echipe de lucru profesionale interdisciplinare, specifice desfășurării programelor și/sau proiectelor de cercetare în domeniul Științei sportului și educației fizice; • Aplicarea principiilor și a normelor de deontologie profesională, fundamentate pe opțiuni valorice explicite, specifice domeniului Științei sportului și educației fizice;

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea în practică a cunoștințelor teoretice și metodologice acumulate, necesare procesului formării specialiștilor în domeniu
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Dezvoltarea și perfecționarea capacității de a aplica cele mai optime sisteme de acționare • Dobândirea abilităților de utilizare a aparaturii de specialitate • Formarea unei viziuni optime în ceea ce privește modalitățile de acționare, în raport cu compoziția corporală a fiecărui practicant în parte • Capacitatea de a proiecta, organiza, conduce activități sportive • Noțiuni de securitate necesare desfășurării activităților sportive, precum și noțiuni de prim-ajutor medical

8. Conținuturi

8.2 Practică	Metode de predare	Observații
Noțiuni de securitate necesare desfășurării activităților sportive, precum și noțiuni de prim-ajutor medical	Conversația, Observația,	4
Participarea observativă la activitățile din instituțiile specializate	Explicația, Exercițiul,	16
Identificarea tipurilor de sisteme de acționare, cuantificare a dozajului și a complexității lor	Activități practice	8
Aplicarea corectă a metodelor și mijloacelor specifice, în funcție de nevoile specifice		8
Înregistrarea și evaluarea activității cadrelor de specialitate, precum și a masteranzilor		8
Organizarea și participarea la competiții speciale		8
Elaborarea și coordonarea unor proiecte		4

Bibliografie

1. Albu, C. & Albu, A. & Vlad, T.L. & Iacob, I. (2006). *Psihomotricitatea*. Editura Institutul European, Iași.
2. Alexe, N. (coord.). (1974). *Terminologia educației fizice și sportului*, Editura Stadion, București
3. Bichescu, A.I. (2014). *Educație psihomotrică. Educație fizică și metodică predării*. Note de curs, Reșița
4. Cârstea Gh. (2000). *Teoria educației fizice și sportului*. Editura Ad-Na, București
5. Dragnea, A., Mate-Teodorescu, S., (2002), *Teoria Sportului*, Editura Fest, București
6. Epuran, M. (1983), *Psihologia educației fizice, Vol. I, Reeditare*, pentru uzul studenților, Institutul de Educație Fizică și Sport, București
7. Niculescu, G. (2006). *Gimnastica în kinetoterapie*. Editura Fundației România de Mâine, București

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

- Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității locale, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			
10.5 Practică	Activitate participativă		
	Evaluare practică și teoretică a nivelului de instruire	Probe practice	60%
	Prezentare proiect	Probă practică	40%
10.6 Standard minim de performanță			
Implicarea activă în cinci activități practice, prevăzute în fișa disciplinei			

Data completării:	Semnătura titularului de curs Lector. univ. dr. Dan-Mihai Rohozneanu	Semnătura titularului de seminar Lector. univ. dr. Dan-Mihai Rohozneanu
18.06.2024		
Data avizării:	Responsabil program Conf. univ. dr. Ionică Cărăbaș	Director departament Conf. univ. dr. Marius Alin Baci