

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	PSIHOSOCIOLOGIA ACTIVITĂȚILOR MOTRICE DE TIMP LIBER						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu						
2.4 Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	4	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	2	din care: 3.2. curs	1	3.3. lucrări practice	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5. curs	14	3.6. lucrări practice	14
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					20
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități:					
3.7 Total ore studiu individual					72
3.8 Total ore pe semestru					100
3.9 Numărul de credite					4

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	• Aplicații Microsoft 365, sală de curs dotată cu laptop, videoproiector
5.2 De desfășurare a seminarului/laboratorului	• Aplicații Microsoft 365, sală de curs dotată cu laptop, videoproiector

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	CP1. Utilizarea cunoștințelor științifice fundamentale, a conceptelor, teoriilor și a procedeelelor metodice de bază din domeniul Științei sportului și educației fizice în activitatea profesională; CP2. Proiectarea și conducerea activităților sportive extrașcolare și a competițiilor sportive;
Competențe transversale	CT1. Cooperarea eficientă în echipe de lucru profesionale interdisciplinare, specifice desfășurării programelor și/sau proiectelor de cercetare în domeniul Științei sportului și educației fizice; CT2. Utilizarea metodelor și a tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea formării și dezvoltării profesionale continue.

7. Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> Familiarizarea cu noțiunile fundamentale ale psihosociologiei; Cunoașterea elementelor de bază ale „timpului liber”. Dobândirea unor competențe necesare organizării unor activități sportiv-recreative realizate în timpul liber.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> Familiarizarea studenților cu o serie de principii de bază specifice loisir-ului considerat activitate educativă de petrecere a timpului liber. Dezvoltarea unei atitudini proactive în identificarea oportunităților de colaborare cu partenerii educaționali în beneficiul elevilor și al comunității.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni introductive despre psihosociologia activităților motrice de timp liber. Prezentare generală	Curs interactiv	2
2. Managementul timpului. Managementul timpului școlar. Posibilități de petrecere a timpului liber.	Curs interactiv	2
3. Timpul liber și calitatea vieții. Timpul psihosocial și timpul fizic.	Curs interactiv	2
4. Importanța timpului liber pentru ființa umană. Organizarea timpului liber.	Curs interactiv	2
5. Educația pentru timpul liber – transferată de la nivelul familiei la nivelul școlii. Organizarea timpului liber la copii.	Curs interactiv	2
6. Transferarea obiectivelor lecțiilor integrate în activitățile de timp liber. Managementul timpului petrecut pe internet. Tranziența obiectelor și oamenilor în viața noastră	Curs interactiv	2
7. Serbările școlare modalitate de petrecere a timpului liber	Curs interactiv	2

Bibliografie

- Baciu., M.A. (2009). *Educația fizică, sportul și calitatea vieții- suport de curs*, Universitatea Babeș Bolyai, Cluj-Napoca
- Bănciulescu, V. (1987). *Sport și artă*, Editura Sport-Turism, București
- Boureau, N. (***) *Dezvoltarea personalității elevilor din ciclul superior de liceu prin activități motrice de timp liber*, Editura Else, Craiova

4. Cucos, C. (2002). *Timp și temporalitate în educație (Elemente pentru un management al timpului școlar)*, Editura Polirom, Iași
5. DeGrazia, S. (1997). *A sort History of outdoor recreation*, University of Michigan press
6. Drăgoi, C.C. (2006). *Turism și activități sportive în spațiul montan*, Editura Edusoft, Bacău
7. Dumitru, G. (1997). *Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia*, Federația Română Sportul pentru Toți, București
8. Ganciu, M., Aducovschi, D., Grozu, B. (2010). *Activitatea fizică independentă și valorificarea prin mișcare a timpului liber*, Editura Universității București, București
9. Gîrleanu-Șoitu, D. (2006). *Vârsta a treia*, Editura Institutului European, Iași
10. Iacob, I., Iacob, R. (2009). *Sport și Loisir*, Editura Demiurg, Iași
11. Hanțiu, I. (2002). *Jocuri de mișcare*, Editura Universității din Oradea
12. Macavei, E. (2001). *Pedagogie. Teoria educației*. Editura Aramis, București
13. Rață, G. (2007). *Strategii de gestionare a timpului liber - curs pentru masteranzi*, Editura PIM, Iași
14. Roman, M. (2006). *Diferența dintre genuri în alocare timpului liber din România*, Revista JSRI, nr 14/2006

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea temelor de referat și repartizarea acestora masteranzilor. Contextul socio-cultural actual și utilizarea timpului liber	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2
2. Preocupări de timp liber. Activități sportiv-recreative la nivelul elevilor din ciclul primar.	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2
3. Strategii de maximizare a caracterului educogen al timpului liber. Copiii și educația pentru timp liber	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2
4. Activități sportiv-recreative la nivelul elevilor din ciclul gimnazial și liceal. Timpul la scara vieții umane	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2
5. Cum pierdem conștient și inconștient timpul liber. Tranziența obiectelor și a oamenilor în viața noastră.	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2
6. Considerații generale privind managementul timpului la români. Educația permanentă sau timpul învățării fără sfârșit.	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2
7. Loisir - Educație pentru petrecerea timpului liber. Propunere de proiect pentru petrecerea timpului liber	Discuția dirijată, explicația, dezbateră	2

Bibliografie

1. Baciuc, M.A. (2009). *Educația fizică, sportul și calitatea vieții- suport de curs*, Universitatea Babeș Bolyai, Cluj-Napoca
2. Bănciulescu, V. (1987). *Sport și artă*, Editura Sport-Turism, București
3. Boureanu, N. (***) *Dezvoltarea personalității elevilor din ciclul superior de liceu prin activități mortice de timp liber*, Editura Else, Craiova
4. Cucos, C. (2002). *Timp și temporalitate în educație (Elemente pentru un management al timpului școlar)*, Editura Polirom, Iași
5. DeGrazia, S. (1997). *A sort History of outdoor recreation*, University of Michigan press
6. Drăgoi, C.C. (2006). *Turism și activități sportive în spațiul montan*, Editura Edusoft, Bacău
7. Dumitru, G. (1997). *Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia*, Federația Română Sportul pentru Toți, București
8. Ganciu, M., Aducovschi, D., Grozu, B. (2010). *Activitatea fizică independentă și valorificarea prin mișcare a timpului liber*, Editura Universității București, București
9. Gîrleanu-Șoitu, D. (2006). *Vârsta a treia*, Editura Institutului European, Iași
10. Iacob, I., Iacob, R. (2009). *Sport și Loisir*, Editura Demiurg, Iași
11. Hanțiu, I. (2002). *Jocuri de mișcare*, Editura Universității din Oradea
12. Macavei, E. (2001). *Pedagogie. Teoria educației*. Editura Aramis, București

13. Rață, G. (2007). *Strategii de gestionare a timpului liber - curs pentru masteranzi*, Editura PIM, Iași
14. Roman, M. (2006). *Diferența dintre genuri în alocare timpului liber din România*, Revista JSRI, nr 14/2006

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	Însușirea, cunoașterea și aplicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate	Evaluare scrisă	60%
10.5 Seminar/laborator	Realizarea unei activități motrice de timp liber (prezentarea, descrierea și argumentarea acesteia)	Notare curentă	40%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea unui pachet minimal de cunoștințe teoretice și metodice, specifice disciplinei studiate. Răspunsuri de nota 5 la examenul teoretic 			

Data completării: 18.06.2024	Semnătura titularului de curs Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu	Semnătura titularului de seminar Conf. univ. dr. Andrade-Ionuț Bichescu
Data avizării:	Responsabil program Conf. univ. dr. Cărăbaș Ionică	Director departament Conf. univ. dr. Marius Alin Baci