

FI A DISCIPLINEI
ANUL UNIVERSITAR 2016 -2017

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918”
1.2. Facultatea	Istorie și Filologie
1.3. Departamentul	Științe Juridice și Administrative
1.4. Domeniul de studii	Filologie
1.5. Ciclul de studii	Licen
1.6. Programul de studii	3ani/ 6 semestre

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Educație fizică	2.2. DR I 6	E 2109
2.3. Titularul activității de curs	Nu este cazul		
2.4. Titularul activității de seminar	Asist.univ.dr. Rusu Razvan		
2.5. Anul de studiu	1	2.6. Semestrul	1+2
		2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	C
		2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțional, F – facultativ)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Număr ore pe săptămână	1	din care: 3.2. curs	0	3.3. seminar/laborator	1
3.4. Total ore din planul de învățământ	14	din care: 3.5. curs	0	3.6. seminar/laborator	14
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					14
Pregătirea seminariilor/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					-
Examinări					6
Alte activități					-

3.7 Total ore studiu individual	34
3.8 Total ore din planul de învățământ	14
3.9 Total ore pe semestru	48
3.10 Numărul de credite	2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	<i>Nu este cazul</i>
4.2. de competențe	<i>Nu este cazul</i>

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	<i>Nu este cazul</i>
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<i>Sala de jocuri, 2 panouri baschet, 1 fileu volei, 12 mingi</i>

handbal, 12 mingi baschet, 12 mingi volei, 1 cronometru, 12 jaloane, 12 maiouri departajare

6. Competen e specifice acumulate

Competen e profesionale	<i>Nu este cazul</i>
Competen e transversale	

7. Obiectivele disciplinei (reie ind din grila competen elor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	
7.2 Obiectivele specifice	

8. Con inuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observa ii
Nu este cazul		

Seminar-laborator	Metode de predare	
Organizarea colectivului. Prezentarea normelor si masurilor de siguranta in activitatea de educatie fizica si sport	Conversatia Exercitii	LP 1
Înv area i consolidarea elementelor tehnice de baz in jocul de baschet, volei, handbal -pozi ia fundamental - deplas rile - schimb rile de direc ie - pirueta - s riturile - lucrul de bra e i jocul de picioare - jocul cu mingea -pasarea mingii -pasa cu dou mâini de la piept, de deasupra capului - pasa cu o mana din dreptul pieptului - pasarea mingii din deplasare - oprirea - pivotarea - driblingul - aruncarea la co . - serviciul, - lovirea mingii cu 2 maini de jos si de sus - lovitura de atac - aruncarea la poarta	Exercitii, tafete, jocuri	LP 2, LP 3, LP 4
2. Înv area i consolidarea ac iunilor tehnico-tactice individuale în atac i ap rare	Exerci ii, tafete, 1x1,2x2,3x3, joc bilateral pe teren redus si pe teren normal	LP 5, LP 6,

in jocul de baschet, volei și handbal		
6. Evaluare / colocviu	Joc bilateral la alegere din handbal, baschet, volei	LP 7

Bibliografie

1. Roman, Gh., 2003, "Evaluarea în jocul de baschet" Ed. Napoca Star, Cluj N.
2. Roman, Gh., 2003, "Baschet" Ed. Napoca Star, Cluj – Napoca
3. Colibaba – Evule, D., Bota, I., 1998 "Jocuri sportive"-Teorie și metodice "Ed. Aldin
5. Predescu T., Moan A., 2001 "Baschetul coal . Instruire - învățare", Ed. Semne

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

--

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 metode de evaluare	10.3 Pondere din nota final
10.4 Curs	<i>Nu este cazul</i>		
10.5 Seminar/laborator	- Verificare pe parcurs	- nota obținută la forma de evaluare continuă	50 %
	- Activitate la laborator	- nota pentru activități aplicative	50%
10.6 Standard minim de performanță : îndeplinirea standardelor minime prevăzute			

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

03.10.2016

Data avizării în departament

Semnătura director de departament

.....

.....