

FIȘA DISCIPLINEI
Anul 2018-2019

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	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	Economia Comerțului, Turismului și Serviciilor

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Educație fizică	2.2. Cod disciplină	ECTS128
2.3. Titularul activității de curs	-		
2.4. Titularul activității de seminar	Lector .univ.dr. Negriu Tiuca Codruta		
2.5. Anul de studiu	I	2.6. Semestrul	2
2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	C	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Numar ore pe saptamana	2	din care: 3.2. curs	0	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5. curs	0	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					2
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					-
Examinări					
Alte activități					

3.7 Total ore studiu individual	22
3.8 Total ore din planul de învățământ	28
3.9 Total ore pe semestru	50
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. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<i>Nu este cazul</i>
Competențe transversale	

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	
7.2 Obiectivele specifice	

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Nu este cazul		

Seminar-laborator	Metode de predare	
Organizarea colectivului. Prezentarea normelor și măsurilor de siguranță în activitatea de educație fizică și sport	Conversația Exerciții	LP 1
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 cu mingea - 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	Exerciții, ștafete, jocuri	LP 2, LP 3, LP 4
2. Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare	Exerciții, ștafete, 1x1, 2x2, 3x3, joc bilateral pe teren redus și 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 – Evuleț,D., Bota,I.,** 1998 ”Jocuri sportive”-Teorie și metodică”Ed. Aldin
5. **Predescu T., Moanță A.,2001** “Baschetul școală. 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 finală
10.4 Curs	<i>Nu este cazul</i>		
10.5 Seminar/laborator	- <i>Verificare pe parcurs</i>	- nota obținută la forma de evaluare continuă	50 %
	- <i>Activitate la laborator</i>	- nota pentru activități aplicative	50%
10.6 Standard minim de performanță: îndeplinirea standardelor minime prevăzute obținerea notei minim 5			

Data completării

20.02.2019

Semnătura titularului de seminar

Asist.univ.drd. Negriu Tiuca Codruta

Data avizării în departament

20.02.2019

Semnătura director de departament

Conf.univ.dr. Gavrilă-Paven Ionela