

FIȘA DISCIPLINEI
Anul universitar 2018-2019

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sportivă
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	<i>Expresie corporală și euritmie</i>		2.2. Cod disciplină	EFS III 12			
2.3. Titularul activității de curs	Lect. Univ. Dr. Hăisan Angel-Alex						
2.4. Titularul activității de seminar	Asist. Univ. Drd. Rosa Alin						
2.5. Anul de studiu	III	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	3	din care: 3.2. curs	1	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	36	din care: 3.5. curs	12	3.6. seminar/laborator	24
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					7
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Tutoriat					4
Examinări					4
Alte activități					0
3.7 Total ore studiu individual					39
3.8 Total ore din planul de învățământ					36
3.9 Total ore pe semestru					75
3.10 Numărul de credite					3

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>Studentii se vor prezenta la cursuri/seminarii cu telefoanele mobile închise. Nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale;</i>
--------------------------------	--

	<i>Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și seminar întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional.</i>
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<i>Termenul de predare a lucrărilor de seminar va fi stabilit de titular de comun acord cu studenții.</i>

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	Competențe explicite prin descriptorii de nivel
C5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport.	<p><i>C5.1 Utilizarea în comunicarea profesională a principiilor, regulilor și sistemelor specifice pentru aprecierea nivelului stadiului dezvoltării corporale armonioase, a condiției fizice și a motricității.</i></p> <p><i>C5.2 Utilizarea metodelor proprii științelor înrudite pentru prelucrarea și interpretarea rezultatelor.</i></p> <p><i>C5.3 Aplicarea principiului imparțialității în apreciere și a egalității de șanse pentru pregătirea și valorificarea ei în activitățile specifice și viață socială.</i></p> <p><i>C5.4 Desfășurarea de activități în scopul transmiterii cultivării și aprecierii spiritului sportiv, a fair-play-ului, a respectului față de valorile sportului, etica și legalitatea domeniului.</i></p>
Competențe transversale	<i>Nu este cazul</i>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<i>Dezvoltarea capacității de a asimila cunoștințe teoretice și practice necesare pentru a putea aplica un set de metode și mijloace ce vor permite o abordare a problematicii globale a expresiei corporale și a comunicării motrice.</i>
7.2 Obiectivele specifice	<i>Cunoașterea de către fiecare student a noțiunilor teoretice ce definesc disciplina.</i>

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Expresie corporală și comunicare motrică (I)	Prelegere, discuții	1 ora
2. Expresie corporală și comunicare motrică (II)	Prelegere, discuții	1 ora
3. Elementele coregrafice specifice gimnasticii artistice	Prelegere, discuții	1 ora
4. Expresia corporală – disciplină motrică cu funcție artistică – obiective – conținut – mijloace	Prelegere, discuții	1 ora
5. Euristică – sinteză a gimnasticii și dansului cu acompaniamentul muzical și vorbit (PFG)	Prelegere, discuții	1 ora
6. Euristică – sinteză a gimnasticii și dansului cu acompaniamentul muzical și vorbit (PFS)	Prelegere, discuții	1 ora
7. Euristică - mijloace de expresivitate prin gest	Prelegere, discuții	1 ora
8. Euristică și acompaniamentul muzical	Prelegere, discuții	1 ora
9. Rolul pregătirii psihice și teoretice în euritmie	Prelegere, discuții	1 ora
10. Euritmia și tradiția – dansul: de caracter, istoric, contemporan	Prelegere, discuții	1 ora
11. Euritmie – dans clasic – gimnastică ritmică	Prelegere, discuții	1 ora
12. Euritmii – complexitate și dificultate în exprimarea motrică în acord cu o temă aleasă.	Prelegere, discuții	1 ora
8.2. Bibliografie		
<ol style="list-style-type: none"> Câmpeanu, M., (1998). Gimnastica ritmică, Cluj-Napoca, Univ. Babeș-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport. Grosu, E., (1999). Elemente de tehnica corporala, Cluj-Napoca, Univ. Babeș-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport. Grosu, E., (2001). Elemente acrobatice și gimnice la bărnă. Universitatea Babeș-Bolyai, Cluj-Napoca. Gönczi, R. M., Nicolin, M. (2002). Gimnastică. Editura Mirton, Timișoara 		

5. Iakob, I., (2010). Curs de gimnastica ritmica, Cluj-Napoca, Univ. Babeş-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport.		
6. Macovei, S., Butu, O., (2002). Gimnastica ritmica in scoală, Ed. Tipografica, Bucureşti.		
7. Stoenescu, G. (1985). Euritmia, formă artistică de exprimare, Editura sport-turism, Bucureşti.		
8. Tudusciuc, I. (2001). Gimnastică artistică sportivă. Editura Fundaţiei România de mâine, Bucureşti		
8.3. Seminar-laborator	Metode de predare	Observații
1. Mijloace tehnice specifice de acționare corporală	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
2. Redarea expresiei corporale în diferite situații cerute-cu temă	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
3. Euritmia. Mijloace specifice dansului sportiv	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
4. Exercițiile calistenice (cu greutatea corpului)	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
5. Săriturile artistice	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
6. Pașii specifici gimnasticii aerobice	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
7. Pașii specifici dansului sportiv	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
8. Pașii specifici dansului de societate	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
9. Comunicarea motrică prin imitație	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
10. Feedback-ul în comunicarea motrică	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
11. Mijloace folosite în limbajul verbal	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
12. Mijloace folosite în limbajul nonverbal	Exemplificări practice însoțite de discuții	2 ore
8.4. Bibliografie		
1. Câmpeanu, M., (1998). Gimnastica ritmica, Cluj-Napoca, Univ. Babeş-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport.		
2. Grosu, E., (1999). Elemente de tehnica corporala, Cluj-Napoca, Univ. Babeş-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport.		
3. Grosu, E., (2001). Elemente acrobatice și gimnice la bărnă. Universitatea Babeş-Bolyai, Cluj-Napoca.		
4. Gőnczi, R. M., Nicolin, M. (2002). Gimnastică. Editura Mirton, Timișoara		
5. Iakob, I., (2010). Curs de gimnastica ritmica, Cluj-Napoca, Univ. Babeş-Bolyai, Fac. Ed. Fiz. Si sport.		
6. Macovei, S., Butu, O., (2002). Gimnastica ritmica in scoală, Ed. Tipografica, Bucureşti.		
7. Stoenescu, G. (1985). Euritmia, formă artistică de exprimare, Editura sport-turism, Bucureşti.		
8. Tudusciuc, I. (2001). Gimnastică artistică sportivă. Editura Fundaţiei România de mâine, Bucureşti		

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

În vederea schițării conținuturilor si alegerii metodelor de predare/învățare, titularul disciplinei a purtat discuții, atât cu reprezentanți ai instituțiilor publice, cat și cu cei din mediul privat. Discuțiile au vizat identificarea nevoilor și așteptărilor angajatorilor din domeniu și coordonarea cu alte programe similare din cadrul altor instituții de învățământ superior.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	<i>Evaluare finala</i>	Examen scris la care studentul trebuie sa obțină minim nota 5	50%
10.5 Seminar/laborator	<i>Evaluare finala</i>	Întocmirea unui eseu	50%
10.6 Standard minim de performanță: – <i>Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională;</i> – <i>Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului.</i>			

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament