

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2019-2020

Anul de studiu I / Semestrul II

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei (conform OM 5703/2011, Anexa 3: 31-33).

-scris cu albastru - sugestii operaționale pentru elaborarea fișei.

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	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 Sport
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificarea*	Educație Fizică și Sportivă/ profesor în învățământul primar și gimnazial

* pentru a specifica aspectele legate de calificare, vor fi trecute codurile COR și/sau denumirile profesiilor cărora se adresează programul de studii (conform mențiunilor din Planul de învățământ).

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Aplicatii practice discipline sportive de apa	2.2. Cod disciplină	EFS I 14
2.3. Titularul activității de curs			
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Asist. univ. drd. Petrovici Gabriel Alexandru Asist. Univ. Drd. Negriu-Tiuca Codruta Ioana		
2.5. Anul de studiu	I	2.6. Semestrul	II
		2.7. Tipul de evaluare (E/C/V/P)	VP
		2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

3. Timpul total estimat

3.1. Numar ore pe saptamana	56(comasat)	din care: 3.2. curs	-	3.3. seminar/laborator	56(comasat)
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	-	3.6. seminar/laborator	56
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					-
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					42
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități					

3.7 Total ore studiu individual	44
3.8 Total ore din planul de învățământ*	56
3.9 Total ore pe semestru	100
3.10 Numărul de credite**	4

* 3.8. = 3.4. + 3.7.; numărul total de ore pe semestru trebuie calculat în funcție de nr. de credite (3.9.) și de volumul de muncă aferent unui credit (1 credit = 25 ore conform Ghidului de aplicare a ECTS).

** 3.9. = numărul de credite prevăzut a fi atribuit disciplinei prin planul de învățământ.

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	<i>Nu este cazul</i>
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<i>Apa statatoare sau curgătoare cu acces facil la intrarea și ieșirea cu ambarcațiunile.</i>

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<i>Nu este cazul</i>
Competențe transversale	CT3 3/3 credite Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Formarea de abilitați, capacități și competențe pe direcția ameliorării somato-funcționale și motrice a organismului uman, prin intermediul unor intervenții specifice
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să fie capabil să analizeze interdisciplinar diferitele forme de manifestare ale capacității motrice umane; ➤ să fie capabil să se exprime motric la un nivel compatibil cu cerințele profesionale ulterioare și să utilizeze conștient parametrii de mișcare și efort realizați; ➤ să fie capabil să coreleze diversitatea cunoștințelor dobândite pe parcursul studiilor și să le aplice cu succes în practică; <p>să fie capabil să identifice și să utilizeze noi mijloace, în scopul realizării de programe pentru aplicarea acestora în domeniul kinetoterapiei și motricității speciale;</p>

8. Conținuturi*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> • <i>Nu este cazul</i> 		
Bibliografie		
8.1 Bibliografie		
8.2. Seminar-laborator		
<ul style="list-style-type: none"> - Participarea la organizarea și desfășurarea activității în tabăra de caiac canoe. - Prezentarea echipamentului de caiac canoe. 	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea, analiza video	54 ore

<ul style="list-style-type: none"> - Sistematizarea și însușirea mijloacelor pentru calea directă și calea indirectă de învățare a procedurilor tehnice folosite în caiac – canoe - Aplicații – folosind procedurile tehnice învățate pe ape statatoare sau curgătoare cupa caz. - Insușirea bazelor tehnice ale disciplinelor nautice - Reguli de baza pentru evitarea producerii accidentelor în timpul folosirii ambarcațiunilor - Noțiuni de baza ale primului ajutor în cazul accidentelor survenite în timpul navigării pe ape statatoare sau curgătoare precum și în afara acestora. - Exerciții specifice în vederea formării capacității de acțiune în situații dificile; - Jocuri și concursuri adaptate diferitelor grupe de vârstă în vederea învățării și consolidării dinamice și interactive a procedurilor tehnice specifice activității. 		
Probe de verificare practice		2 ore
<p>Bibliografie</p> <p>1. ALEXE, N., (1993), <i>Antrenamentul Sportiv Modern</i>, București, Ed. Editis</p> <p>2. BOMPA, T., (2001), <i>Dezvoltarea calităților biomotrice-periodizarea</i>-București, Ed. EX.PONTO</p> <p>3. DRĂGAN, I., (1994) <i>Medicina sportivă aplicată</i>, București, Ed. Editis</p> <p>4. DRAGNEA, A., BOTA, A., (1999) <i>Teoria activităților motrice</i>, București, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A.</p> <p>5. PREDEȚ, M., (2000) <i>Pregătirea fizică</i>, București, MTS și INCPS</p> <p>6. RAȚĂ, G., RAȚĂ, B.C., (1999) <i>Aptitudinile motrice de bază</i>, Bacău, Ed. Plumb</p> <p>7. RAȚĂ, G., (1997) <i>Bazele antrenamentului athletic</i>, Bacău, Ed. Plumb</p> <p>8. ZABET, B., (2001) <i>Refacere-recuperare în caiac-canoe</i>, Ed. Printech</p>		

* temele de curs și seminar/laborator trebuie să acopere în întregime obiectivele specifice formulate la secțiunea 7.2.

* temele abordate la curs și cele de la seminar pot fi proiectate atât în relație de complementaritate, cât și/sau în relație de aprofundare a tematicii.

* este recomandabil ca elaborarea fișei disciplinei să fie făcută în echipă de către titularul de curs și cel de seminar/laborator, eventual de către toți titularii aceleiași discipline, acolo unde mai multe persoane predau aceeași disciplină.

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

Disciplina răspunde prin conținuturi, cerințelor reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și a angajatorilor, aspect dovedit prin fișa disciplinei

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 finală</i>	<i>Examen scris</i>	-
10.5 Seminar/laborator	<i>Evaluare finală</i>	<i>Examen practic</i>	100%
10.6 Standard minim de performanță:			

- standard minim de performanta pentru evaluarea practica – este min. Nota 5
- standard minim de performanta pentru examenul scris – este min. Nota 5

- Se vor evalua cunostintele insusite pe perioada stagiului de aplicatii practice prin probe specifice de concurs, unde factorul timp stabilit precum si corectitudinea executarii procedeeelor tehnice predate vor fi evaluate si notate cu note de la 1 la 10. Aceasta nota va reprezenta 50% din nota finala.
- Se va evalua comportamentul si modul de abordare a tuturor sarcinilor didactice transmise pe intreg parcursul stagiului, fiecare student urmand sa primeasca o nota de la 1 la 10 pentru acest fapt. Aceasta nota va reprezenta 50% din nota finala.
- Nota finala se calculeaza ca si medie aritmetica intre cele doua note amintite mai sus.
- Se pot oferi dupa caz, pe masura evolutiei in cadrul stagiului puncte suplimentare pentru anumite probe intermediare care se vor calcula la sfarsitul stagiului in aditie la nota finala obtinuta.

se va preciza un standard minim de performanță pentru fiecare probă de evaluare propusă, astfel încât să fie explicit nivelul minim necesar promovării probei respective;

- este recomandabil a fi prezentat algoritmul și/sau procedura de calcul a notei finale a disciplinei;

- se pot face precizări referitoare la numărul de prezențe, cu respectarea regulamentelor UAB în vigoare;

- metodele de evaluare trebuie să fie în strânsă corelare cu criteriile de evaluare, elementele de conținut vizate și metodele de predare utilizate.

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament

