

FIȘA DISCIPLINEI
Anul universitar 2024-2025
Anul de studiu I / Semestrul I

1. Date despre program

| | |
|--|--|
| 1.1. Instituția de învățământ superior | Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia |
| 1.2. Facultatea | Științe Economice |
| 1.3. Departamentul | Finanțe - Contabilitate |
| 1.4. Domeniul de studii | Finanțe |
| 1.5. Ciclul de studii | Licență |
| 1.6. Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO | Finanțe banci 241224 Economist bancă 241206 Inspector asigurări 241208 <u>Consultant bugetar</u> /2412 |

2. Date despre disciplină

| | | | | | | | |
|---|--|----------------|----------|---------------------------------|----------------|---|----------|
| 2.1. Denumirea disciplinei | Educație fizică I | | | 2.2. Cod disciplină | FB 1108 | | |
| 2.3. Titularul activității de curs | - | | | | | | |
| 2.4. Titularul activității de seminar / laborator | Lect.univ. dr. Petrovici Alexandru Gabriel | | | | | | |
| 2.5. Anul de studiu | I | 2.6. Semestrul | I | 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 săptămână | 2 | din care: 3.2. curs | - | 3.3. seminar/laborator | 2 |
| 3.4. Total ore din planul de învățământ | 28 | din care: 3.5. curs | - | 3.6. seminar/laborator | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | Ore |
| a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | - |
| b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 8 |
| c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 7 |
| d. Tutoriat | | | | | - |
| e. Examinări | | | | | 4 |
| f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.) | | | | | 3 |

| | |
|---|-----------|
| 3.7 Total ore studiu individual (a+b+c) | 15 |
| 3.8 Total ore activități universitare (d+e+f+3.4) | 35 |
| 3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8) | 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>Sală de sport dotată cu aparatura necesară desfășurării lecției de educație fizică.</i> |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|------------------------------------|--------------------------------|
| Competențe/rezultate ale învățării | - |
| Competențe transversale | R16. Se adaptează la schimbare |

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

| | |
|---------------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | <i>Menținerea unei stări optime de sanatate a studenților.</i> |
| 7.2 Obiectivele specifice | <i>Cunoașterea de către studenți a regulamentului și practicării jocurilor sportive baschet, fotbal, handbal și volei. Cunoașterea de către studenți a efectuării individuale a primelor trei verigi din lecția de educație fizică. Obișnuirea studenților cu practicarea individuală a exercițiilor fizice în timpul liber.</i> |

8. Conținuturi

| 8.1 Curs | Metode de predare | Observații |
|---|--|----------------------|
| <i>Nu este cazul</i> | <i>Nu este cazul</i> | <i>Nu este cazul</i> |
| 8.2 Seminar-laborator | Metode de predare | Observații |
| Organizarea colectivului. Prezentarea normelor și măsurilor de siguranță în activitatea de educație fizică și sport | <i>Discutii</i> | <i>4 ore</i> |
| Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază în jocul de baschet: - 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 | <i>Exemplificari practice însoțite de discutii</i> | <i>20 ore</i> |
| Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei, handbal și fotbal | <i>Exemplificari practice însoțite de discutii</i> | <i>4 ore</i> |
| 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 | | |
| 4. 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

Nu este cazul.

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> | Nu este cazul | Nu este cazul |
| 10.5 Seminar/laborator | <i>calificativul obținut la forma de evaluare continuă</i> | Verificare pe parcurs | 50% |

| | | | |
|--|---|-------------------------|-----|
| | <i>calificativul pentru activități aplicative</i> | Activitate la laborator | 50% |
| <p>10.6 Standard minim de performanță: Promovarea examenului presupune obținerea la colocviul final a notei minime 5 (cinci), la care se vor adăuga punctele corespunzătoare celorlalte activități punctate anterior. Prezentarea la examen a studenților este condiționată de prezența la seminar în proporție de minim 80% . Demonstrarea competențelor în: Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei, handbal și fotbal</p> | | | |

Data completării
12.09.2024

Semnătura titularului de seminar
Lect.univ. dr. Petrovici Alexandru Gabriel

Data avizării în departament
27.09.2024

Semnătura director de departament
Lect. univ.dr. Cioca Ionela Cornelia