

**FIȘA DISCIPLINEI**  
**Anul universitar 2023-2024**  
**Anul de studiu II / Semestrul I**

**1. Date despre program**

1.1. Instituția de învățământ	<b>Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia</b>
1.2. Facultatea	<b>de Științe Economice</b>
1.3. Departamentul	<b>Administrarea Afacerilor și Marketing</b>
1.4. Domeniul de studii	<b>Administrarea Afacerilor</b>
1.5. Ciclul de studii	<b>Licență</b>
1.6. Programul de studii/calificarea	<b>Economia Comerțului, Turismului și Serviciilor /242102 Specialist îmbunătățire procese, 242104 Responsabil proces, 242110 Specialist în planificarea, controlul și raportarea performanței economice</b>

**2. Date despre disciplină**

2.1. Denumirea disciplinei	<b>Educație fizică</b>			2.2. Cod disciplină	<b>ECTS 219.4</b>		
2.3. Titularul activității de curs	-						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	<b>Lect. univ. dr. Petrovici Gabriel Alexandru</b>						
2.5. Anul de studiu	<b>II</b>	2.6. Semestrul	<b>I</b>	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	<b>C</b>	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	<b>F</b>

**3. Timpul total estimat**

3.1. Numar ore pe săptămână	<b>2</b>	din care: 3.2. curs	-	3.3. seminar/laborator	<b>2</b>
3.4. Total ore din planul de învățământ	<b>28</b>	din care: 3.5. curs	-	3.6. seminar/laborator	<b>28</b>
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					
Tutoriat					-
Examinări					2
Alte activități .....					45

3.7 Total ore studiu individual	47
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>Nu este cazul</i>
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	<i>Sală de sport dotată cu aparatura necesară desfășurării lecției de ed.fizică.</i>

## 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	-
Competențe transversale	CT2 Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei.

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Menținerea unei stări <b>optime</b> de sanatate a studenților.
7.2 Obiectivele specifice	<p>O1 Cunoașterea de către studenți a regulamentului și practicării jocurilor sportive baschet, fotbal, handbal și volei.</p> <p>O2 Cunoașterea de către studenți a efectuării individuale a primelor trei verigi din lecția de educație fizică.</p> <p>O3 Obișnuirea studenților cu practicarea individuală a exercițiilor fizice în timpul liber.</p>

## 8. Conținuturi\*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Nu este cazul	Nu este cazul	Nu este cazul
8.2 Seminar-laborator	Metode de predare	
Organizarea colectivului. Prezentarea normelor și măsurilor de siguranță în activitatea de educație fizică și sport	Conversația	<b>LP 1, LP 2</b>  <b>2 ore</b>
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 cumințea - pasare a mingii - pasă cu două mâini de la piept, de deasupra capului - pasă cu o mână din dreptul pieptului - pasarea mingii din deplasare - oprirea - pivotarea - driblingul - aruncarea la coș. - serviciul, - lovire a mingii cu 2 mâini de jos și de sus - lovitura de atac - aruncarea la poartă	Explicația, demonstrația	<b>LP 3, LP 4, LP 5, LP 6, LP 7, LP 8, LP 10, LP 11</b>  <b>20 ore</b>
Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei, handbal și fotbal	Exerciții, ștafete, 1x1, 2x2, 3x3, joc bilateral pe teren redus și pe teren normal	<b>LP 12, LP 13,</b> <b>4 ore</b>
Evaluare / colocviu	Joc bilateral la alegere din handbal, baschet, volei, fotbal.	<b>LP 14</b> <b>2 ore</b>
Bibliografie		

1. Roman,Gh.,2003,"Evaluarea în jocul de baschet"Ed.NapocaStar, Cluj N.
2. Roman,Gh., 2003, „Baschet” Ed. NapocaStar ,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>Verificare pe parcurs</i>	-calificativul obținut la forma de evaluare continuă	50%
	<i>Activitate la laborator</i>	-calificativul pentru activități aplicative	50%
10.6 Standard minim de performanță: obținerea notei minime 5 Promovarea colocviului presupune obținerea la colocviul final calificativul admis . Prezentarea la examen a studenților este condiționată de: - prezența la seminar în proporție de minim 80% .			

Data completării  
18.09. 2023

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

Data avizării în departament  
20.09.2023

Semnătura directorului de departament  
Conf.univ.dr. Maican Silvia Ștefania