

## FIȘA DISCIPLINEI

**Anul universitar 2024-2025**  
**Anul de studiu II / Semestrul I**

### 1. Date despre program

|  |   |
|--|---|
| 1.1. Instituția de învățământ superior | Universitatea „1 Decembrie 1918”  |
| 1.2. Facultatea                        | de Științe Economice  |
| 1.3. Departamentul                     | Finanțe - Contabilitate   |
| 1.4. Domeniul de studii                | Contabilitate   |
| 1.5. Ciclul de studii                  | Licență   |
| 1.6. Programul de studii / Calificarea | Contabilitate și Informatică de Gestiune<br>241103 Revizor contabil<br>241104 Referent de specialitate financiar-contabilitate,<br>241106 Controlor de gestiune |
| 1.7. Forma de învățământ               | Învățământ la distanță  |

### 2. Date despre disciplină

|   |    |                 |    |                        |    |                          |  |
|---|----|-----------------|----|------------------------|----|--------------------------|--|
| 2.1. Denumirea disciplinei                                    |    | Educație fizică |    | Codul disciplinei      |    | CIG 229                  |  |
| 2.2. Titularul activităților de curs                          |    |                 |    | -                      |    |                          |  |
| 2.3. Titularul activităților de seminar / laborator / proiect |    |                 |    | Ursu Vasile            |    |                          |  |
| 2.4. Anul de studiu   | II | 2.5. Semestrul  | II | 2.6. Tipul de evaluare | Vp | 2.7. Regimul disciplinei | Conținut<br>Obligativitate                                   |
|   |    |                 |    |                        |    |                          | Felul disciplinei<br>DFc<br>Obligatorie/<br>opțională<br>DOp |

### 3. Timpul total estimat (ore pe semestru al activităților didactice)

|   |    |                     |   |                                     |            |
|---|----|---------------------|---|-------------------------------------|------------|
| 3.1. Număr de ore pe săptămână – forma cu frecvență   | 28 | din care: 3.2. curs | - | 3.3. seminar/ laborator/ proiect    | 2          |
| 3.4. Total ore pe semestru – forma ID   | 28 | din care: 3.5. SI   | - | 3.6. AT + TC / AA / ST + SF / L / P | 28         |
| <b>Distribuția fondului de timp</b>   |    |                     |   |                                     | <b>ore</b> |
| 3.5.1. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe                                    |    |                     |   |                                     | 10         |
| 3.5.2. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren |    |                     |   |                                     | 5          |
| 3.5.3. Pregătire seminare/ laboratoare/ proiecte, teme, referate, portofolii și eseuri                |    |                     |   |                                     | 5          |
| 3.5.4. Tutoriat   |    |                     |   |                                     | -          |
| 3.5.5. Examinări  |    |                     |   |                                     | 2          |
| 3.5.6. Alte activități  |    |                     |   |                                     | -          |
| <b>3.7. Total ore studiu individual</b>   |    | 22                  |   |                                     |            |
| <b>3.8. Total ore pe semestru</b>   |    | 50                  |   |                                     |            |
| <b>3.9. Numărul de credite</b>  |    | 2                   |   |                                     |            |

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

|                    |   |
|--------------------|---|
| 4.1. de curriculum | - |
| 4.2. de competențe | - |

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

|   |   |
|---|---|
| 5.1. de desfășurare a cursului                                | -   |
| 5.2. de desfășurare a seminarului/ laboratorului/ proiectului | Sală de sport dotată cu aparatura necesară desfășurării lecției de ed.fizică. |

### 6. Competențe specifice acumulate

|                         |   |
|-------------------------|---|
| Competențe profesionale | - |
|-------------------------|---|

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Competențe transversale | CT5 Capacitatea de a comunica și a lucra în echipă pentru o adaptare eficientă la exigențele societății bazată pe cunoaștere |
|-------------------------|--|

### 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>O1 Cunoașterea de către studenți a regulamentului și practicării jocurilor sportive baschet, fotbal, handbal și volei.</i><br><i>O2 Cunoașterea de către studenți a efectuării individuale a primelor trei verigi din lecția de educație fizică.</i><br><i>O3 Obișnuirea studenților cu practicarea individuală a exercitiilor fizice în timpul liber.</i> |

### 8. Conținuturi

| 8.1. SI   | Metode de predare  | Observații |
|---|--|------------|
| Organizarea colectivului. Prezentarea normelor și măsurilor de siguranță în activitatea de educație fizică și sport   | Conversația  | 20%        |
| Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază în jocul de baschet, volei, handbal<br>- poziția fundamentală<br>- deplasările<br>- schimbările de direcție<br>- pirueta<br>- săriturile<br>- lucrul de brațe și jocul de picioare<br>- jocul cumințea<br>- pasarea mingii<br>- pasa cu două mâini de la piept, de deasupra capului<br>- pasa cu o mână din dreptul pieptului<br>- pasarea mingii din deplasare<br>- oprirea<br>- pivotarea<br>- driblingul<br>- aruncarea la coș.<br>- serviciul,<br>- lovirea mingii cu 2 mâini de jos și de sus<br>- lovitura de atac<br>- aruncarea la poartă | Explicația, demonstrația<br>Exerciții, ștafete,<br>1x1, 2x2, 3x3, joc bilateral pe teren redus și pe teren normal<br>Joc bilateral la alegere din handbal, baschet, volei, fotbal. | 60 %       |
| Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei, handbal și fotbal   |  | 20%        |
| <b>Bibliografie:</b>  |  |            |
| 1. Roman, Gh., 2003, "Evaluarea în jocul de baschet" Ed. NapocaStar, Cluj N.<br>2. Roman, Gh., 2003, „Baschet” Ed. NapocaStar, Cluj– Napoca<br>3. Colibaba – Evuleț, D., Bota, I., 1998 "Jocuri sportive"-Teorie și metodica” Ed. Aldin<br>4. Predescu T., Moanță A., 2001 "Baschetul școală. Instruire - învățare”, Ed. Semne  |  |            |
| 8.2. AT   | Metode de predare- învățare  | Observații |
| -   | -  | -          |
| -   |  |            |
| 8.3. TC   | Metode de transmitere a informației  | Observații |
| -   | -  | -          |
| Bibliografie: -   |  |            |

| 8.4. AA / L / P  | Metode de predare-<br>învățare  | Observații |
|--|---|------------|
| AA 1 Dezbateri privind Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază în jocul de baschet   | Exerciții, ștafete,<br>1x1,2x2,3x3, joc<br>bilateral pe teren redus<br>și pe teren normal<br>Joc bilateral la alegere<br>din handbal, baschet,<br>volei,fotbal. | 7 ore      |
| AA 2 Dezbateri privind Învățarea și consolidarea elementelor tehnice de bază în volei, handbal   |   | 7 ore      |
| AA 3 Dezbateri privind Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul de baschet, volei  |   | 7 ore      |
| AA 4 Dezbateri privind Învățarea și consolidarea acțiunilor tehnico-tactice individuale în atac și apărare în jocul handbal și fotbal  |   | 7 ore      |
| Bibliografie:<br>1. <b>Roman,Gh.,2003</b> , ”Evaluarea în jocul de baschet” Ed. NapocaStar, Cluj N.<br>2. <b>Roman,Gh., 2003</b> , „Baschet” Ed. NapocaStar ,Cluj– Napoca<br>3. <b>Colibaba – Evuleț,D., Bota,I.</b> , 1998 ”Jocuri sportive”-Teorieși metodică”Ed. Aldin<br>4. <b>Predescu T., Moanță A.,2001</b> “Baschetul școală. Instruire - învățare”, Ed. Semne |   |            |

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

*Conținuturile disciplinei sunt adaptate necesităților actuale ale angajatorilor, contribuind la dobândirea de către studenții programului de studii Contabilitate și Informatică de Gestione de cunoștințe și abilități specifice corepondenței în limba străină, necesare viitorilor economiști.*

**10. Evaluare**

| Tip activitate   | 10.1. Criterii de evaluare                                       | 10.2. Metode de evaluare | 10.3. Pondere din nota finală |
|--|--|--------------------------|-------------------------------|
| <b>10.4. SI (curs)</b>   | Volumul și corectitudinea cunoștințelor                          | Probă orală              | 50%                           |
|  | Rigoarea științifică a limbajului                                |                          |                               |
| <b>10.5. TC / AA / ST / L / P</b>  | Corectitudinea și completitudinea întocmirii lucrărilor practice | Verificare pe parcurs    | 50%                           |
| <b>10.6. Standard minim de performanță: obținerea notei minime 5</b><br>50% cunoștințe și deprinderi |  |                          |                               |

Coordonator de disciplină  
Lect.univ.dr. Ursu Vasile

Tutore de disciplină  
Lect.univ.dr. Ursu Vasile

Data  
27.09.2024

Responsabil de studii ID/IFR,  
Lect. univ. dr. Cioca Ionela Cornelia