

FIȘA DISCIPLINEI

Anul universitar 2024-2025

Anul de studiu I / Semestrul I

Legendă:

-scris cu negru - formatul standard al fișei disciplinei

-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	Kinetoterapie și motricitate specială
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii/calificari COR/grupă de bază ESCO*	Kinetoterapie și motricitate specială – kinetoterapeut cod COR 226405 – profesor cultură fizică medicală cod COR 226406

* conform Planului de învățământ

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Stagiu de aplicații practice în mediul montan		2.2. Cod disciplină	KMS I 07			
2.3. Titularul activității de curs	Nu este cazul.						
2.4. Titularul activității de seminar / laborator	Conf. Univ. Dr. Ordean Mircea Nicolae Lect. Univ. Dr. Cuda Paul Lect. Univ. Dr. Petrovici Alexandru Gabriel Asist. Univ. dr. Neamțu Popescu Adela						
2.5. Anul de studiu	I	2.6. Semestrul	I	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	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
a. Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					28
b. Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
c. Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
d. Tutoriat					0
e. Examinări					4
f. Alte activități universitare (vizite de studiu, consultații proiecte, etc.)					0

3.7 Total ore studiu individual (a+b+c)	44
3.8 Total ore activități universitare (d+e+f+3.4)	56
3.9 Total ore pe semestru (3.7+3.8)	100
3.10 Numărul de credite**	4

* 1 credit = 25 ore

**Se recomandă ca 3.7 să fie mai mare sau egal cu 3.8

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	- Nu este cazul.
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	- Organizarea activităților instructiv-educative: studentii se vor prezenta în intervalele stabilite fara a schimba grupele; - Necesarul de mijloace și materiale: Studentii vor avea echipament adecvat activitatilor desfasurate. - Studenții se vor prezenta la lucrarile practice cu telefoanele mobile închise și cu incaltaminte sport diferita de cea de strada. Nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a locatiei de desfasurare a cursului practic în vederea preluării apelurilor telefonice

	personale; Nu va fi tolerată întârzierea studenților la lucrarea practica întrucât aceasta se dovedește disruptivă la adresa procesului educațional.
--	---

6. Competențe specifice acumulate

Competențe/rezultate ale învățării	CP 3 Acorda sprijin elevilor și studenților în procesul de învățare -adaptează strategia didactică la abilitățile elevilor și studenților CP 4 Evaluează progresul școlar al elevilor și studenților CP 5 Monitorizează progresele realizate în domeniul de specialitate
Competențe transversale	CT 2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive;

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"> • Cunoașterea și însușirea procedeele tehnice si elementelor tehnice de baza la un nivel mediu. • Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară. • Dezvoltarea capacității studenților cu deprinderi practico-metodice aplicabile în lecția de educație fizică și sport, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber. • Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect, cu aplicabilitate în lecția de educație fizică si activități de timp liber.

8. Conținuturi*

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Nu este cazul.	-	-
8.2. Seminar-laborator		
<ul style="list-style-type: none"> - Participarea la organizarea și desfășurarea activității în tabăra de schi. - Prezentarea echipamentului de schi si snowboard - Sistematizarea si însușirea mijloacelor pentru calea directă și calea indirectă de învățare a schiului alpin si snowboard -ului - Aplicații – folosind procedeele tehnice învățate pe pante cu diferite înclinații și ne amenajate. - Insușirea bazelor tehnice ale schiului - Codul de bază al schiorului - Reguli de baza pentru evitarea producerii accidentelor în zona montana - Notiuni de baza ale primului ajutor în cazul accidentelor în sezonul de iarna pe pârtii amenajate și în afara acestora <p>Exerciții specifice în vederea formării capacității de a acționa în situații dificile;</p>	Explicații însoțite de demonstrații, exersarea, analiza video	-
Bibliografie		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Pelin, F. – Metodica disciplinelor montane, A.N.E.F.S. București, 2007 2. Ganea I. V., Managementul agrementului în natură, Ed. NapocaStar, Cluj Napoca, 2006 3. Stroe S., Pelin F., Runcan C., Tehnica și metodică predării schiului alpin, ANEF, București, 1999 4. Grigore C., Șimon S. - Alegerea echipamentului de schi – CD, Editura Aeternitas, Alba Iulia, 2015 		

* 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

În vederea schițării conținuturilor și alegerii metodelor de predare/învățare, titularul disciplinei a purtat discuții, atât cu reprezentanți ai instituțiilor publice, cât 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. Necesitate existenței unei asemenea discipline în planul de învățământ rezida în faptul că este esențială pentru viitorii specialiști din domeniul educației fizice și a sportului ca să-și poată desfășura în condiții optime atât activitatea de predare cât și cea de cercetare.
--

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	-	-	-
10.5 Seminar/laborator	<i>Evaluare finala</i>	<i>Examen practic</i>	100%
<p>10.6 Standard minim de performanță:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale domeniului și ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; - Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului. - Cerinte pentru promovare <p>a) Prezenta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • La lucrarile practice desfasurate pe partia de schi prezenta este obligatorie pe toata perioada stagiului. <p>b) Nota finala:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se acorda o nota de la 1-10 pe baza timpului inregistrat in proba de examen montata pe traseu si pe tehnica executiei procedeeilor tehnice de baza. <p>c) Examenul:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Examenul este practic si se desfasoara in ultima zi a stagiului de schi. Se acorda 1 punct din oficiu. <p style="text-align: center;">NOTA MINIMA PENTRU PROMOVARE ESTE 5</p>			

Data completării
01.10.2024

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament

Semnătura directorului de departament