

**FIȘA DISCIPLINEI****Educație fizică****1. Date despre program**

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DE VEST "VASILE GOLDIȘ"
1.2. Facultatea	FACULTATEA DE ȘTIINȚE SOCIO-UMANE ȘI EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3. Departamentul	De Științe Sociale și Umaniste
1.4. Domeniul de studii	ȘTIINȚE Limbi Moderne Aplicate
1.5. Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6. Programul de studii	LIMBI MODERNE APLICATE

**2. Date despre disciplină**

2.1. Denumirea disciplinei	Educație Fizică						
2.2. Titularul activităților de curs	Lector univ.dr. EMIL BONDAR						
2.3. Titularul activităților de seminar	Lector univ.dr. EMIL BONDAR						
2.4. Anul de studiu	I	2.5. Semestrul	II	2.6. Tipul de evaluare	SE	2.7. Regimul disciplinei	DC

**3. Timpul total estimat (ore pe semestrul I al activităților didactice)**

3.1. Număr de 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
<b>Distribuția fondului de timp</b>					<b>Ore</b>
Studiu 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					-
Alte activități: .....					-
3.7. Total ore studiu individual	-				
3.8. Total ore pe semestru	28				
3.9. Numărul de credite	3				

**4. Timpul total estimat (ore pe semestrul II al activităților didactice)**

4.1. Număr de ore pe săptămână	2	din care 4.2. curs	-	4.3. Seminar / laborator	2
4.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care 4.5. curs	-	4.6. Seminar / laborator	28
<b>Distribuția fondului de timp</b>					<b>Ore</b>
Studiu 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					-
Alte activități: .....					-
4.7. Total ore studiu individual	-				
4.8. Total ore pe semestru	28				
4.9. Numărul de credite	3				

**5. Precondiții (acolo unde este cazul)**

5.1. Precondiții de curriculum	NU SUNT NECESARE
5.2. Precondiții de competențe	NU SUNT NECESARE

## 6. Condiții (acolo unde este cazul)

6.1. Condiții de desfășurare a cursului	NU SUNT NECESARE
6.2. Condiții de desfășurare a seminarului / laboratorului	Bază sportivă, sală de sport, îmbrăcăminte sport; materiale sportive

## 7. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	Efectele benefice ale activităților de educație fizică - cu elemente de specificitate, susceptibile de a fi recomandate în practica profesională. Responsabilitatea pentru propria sănătate și, prin extensie, cunoașterea stării de sănătate a altora.
Competențe transversale	Consolidarea capacităților de transfer a informațiilor aflate în viața cotidiană. Cunoașterea mijloacelor tehnice pentru menținerea și îmbunătățirea sănătății altor persoane. Înțelegerea importanței exercițiilor de educație fizică realizate zilnic. Dezvoltarea abilităților în gestionarea și menținerea activității fizice susținute.

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

8.1. Obiectivul general al disciplinei	Obiectivarea și funcționarea pe baza unor criterii bine definite. Prioritizarea evenimentelor specifice.
8.2. Obiectivele specifice	Capacitatea de a putea reflecta critic propria funcționare fiziologică și, în funcție de aceasta, de a formula obiective viitoare. - Identificarea problemelor motorii specifice și posibilitățile de rezolvare a acestora; - A fi capabil, pe baza documentației, să indice o direcție sau o soluție pentru a-și îmbunătăți propria stare și să implementeze această sugestie în mod corect. - A fi capabil de autoevaluare a posibilităților sale fizice și a cerințelor de activitate în microgrupuri.

## 9. Conținuturi

9.1. Curs	Metode de predare	Observații
<b>Bibliografie</b>		
9.2. Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Educație fizică în contextul curriculumului; - Competențele propuse a fi dobândite; - Condiții pentru desfășurarea activităților fizice; - Prezentarea activității individuale și programarea activităților	Expunere teoretică, urmată de cea practică	Discuții exploratorii libere
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției

Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Efectuarea de activități fizice	Expunere practică	Se verifică corectitudinea execuției
Prezentarea activităților fizice și a rezultatelor obținute	Expunere teoretică, urmată de cea practică	Prezentare activităților și rezultatelor obținute

**10. Coroborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului**

Pentru a alege conținutul, metodele de predare / învățare în condiții de pandemie, titularii disciplinei au organizat o întâlnire online cu membrii Departamentului de Educație Fizică și Sport, precum și cu alți profesori din domeniu, titulari în alte instituții de învățământ superior.

- Pentru a identifica nevoile și așteptările angajatorilor din domeniu, s-au purtat discuții cu profesorii, titularii învățământului superior, ai Facultății de Medicină care ocupă funcții de conducere în spitalele din Arad și Timișoara.

**11. Evaluare**

Tip de activitate	11.1. Criterii de evaluare	11.2. Metode de evaluare	11.3. Pondere din nota finală
11.4. Curs			
11.5. Seminar/ laborator	Efectuarea activităților fizice propuse	Realizarea programului de educație fizică;	50%
11.6. Standard minim de performanță	Efectuarea activităților fizice propuse	Prezentare video / foto a programului executat.	50%

**Data completării**  
28.09.2023

**Semnătura titularului de curs**



**Semnătura titularului de seminar**  
**BONDAR EMIL**



**Data avizării în departament**  
30.09.2023

**Semnătura directorului de departament**

