

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Tehnică din Cluj-Napoca Centrul Universitar Nord din Baia Mare
1.2 Facultatea	Științe
1.3 Departamentul	Chimie și Biologie
1.4 Domeniul de studii	Biologie
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Biologie
1.7 Forma de învățământ	IF – învățământ cu frecvență
1.8 Codul disciplinei	SBIOL 206

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>Educația fizică 2</b>						
2.2 Aria de conținut	Teoria și metodică educației fizice și sportului Aplicare practică și capacitatea de a practica o ramură de sport						
2.3 Responsabil de curs	Titlu Nume Prenume – Adresa de email						
2.4 Titularul activităților de seminar / laborator / proiect	Conf.univ.dr. Preja Carmen Aneta- carmen.aneta2011@gmail.com						
2.5 Anul de studiu	I	2.6 Semestrul	II	2.7 Tipul de evaluare	A /R	2.8 Regimul disciplinei	Ob

### 3. Timpul total estimat

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs		3.3 seminar / laborator	
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs		3.6 seminar / laborator	2
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutoriat					0
Examinări					2

Alte activități.....		
3.7 Total ore studiu individual	24	
3.8 Total ore pe semestru	52	
3.9 Numărul de credite	2	

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

4.1 de curriculum	-
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> <li>• - Apt fizic; aptitudini necesare: cunoștințe, priceperi</li> <li>? Competențe acționale: de documentare; lucrul în echipa;</li> </ul>

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

5.1. de desfășurare a cursului	
5.2. de desfășurare a seminarului / laboratorului / proiectului	Sală sport, teren sport

#### 6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p><b>CUNOȘTIINȚE:</b></p> <p>C1.1 Descrierea și utilizarea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază din știința sportului (definită în termeni multidisciplinari), referitoare la structura, mijloacele și componentele practicării independente a unei ramuri de sport.</p> <p><b>ABILITĂȚI:</b></p> <p>C1.2 Evaluarea caracteristicilor calitative și cantitative, performanțelor și limitelor proceselor specifice dezvoltării somato- fiziologice</p>
Competențe transversale	<p>CT1 Aplicarea strategiilor de perseverență, rigurozitate, eficiență și responsabilitate în muncă, punctualitate și asumarea răspunderii pentru rezultatele activității personale, creativitate, bun simț, gândire analitică și critică, rezolvarea de probleme etc., pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională în domeniul educației fizice și sportului.</p>



regim de rezistență	Activitate practica in echipa	4 ore
6-7-8.Obținerea unor indici superiori în eficiența și viteza actelor motrice însușite		
9-10. Consolidarea și perfecționarea procedeelor tehnice de bază ale jocurilor sportive practicate (preferențial	Prezentarea si evaluarea	4 ore
11. Calitățile motrice și metode de dezvoltarea într-o ramură sportivă agreată		5 ore
12.Educarea atitudinilor convingerilor si sentimentelor morale prin intermediul sportului și al educației fizice		5 ore
13. Impactul sportului asupra sănătății		2
14.Verificarea semestrială		2
<b>Bibliografie</b> 1. Elena Firea, 1979, Metodica Educației fizice școlare,Tipografia I.E.F.S, 2. Emilia Grosu, Carmen Isac, Doina Mureșan, 2002, Gimnastica aerobică prin programe de inițiere,Cluj-Napoca. 3. E.Trofin,S.Grigorovici, 1966, Exerciții și jocuri pregătitoare pentru jocurile sportive,E.U.C.F.S, 4. Mircea Popescu, 1995, Educația fizică și pregătirea studenților, E.D.P,RA-București., 5. Mitra,Gheorghe, Mogoș,Alexandru, 1980-Metodica educației fizice școlare. Ed.Sport-Turism, București. 6. Octavian Bănățean, 1972, Pregătirea fizică a studenților, Ed.Stadion, București.		

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

--

**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	Prezența la orele practice a studenților. Studentii organizati pe grupe au un colocviu la finalul fiecărui semestru un set de probe și norme sportive stabilite în funcție de nivelul lor de pregătire fizică, calificativ <b>Admis/ Respins</b> . Studenții scutiți medical sunt prezenți la oră.	Evaluare de catre cadrul didactic	70% 30%
10.6 Standard minim de performanță			

•

	Titular de curs	Titular de seminar / laborator / proiect
Data completării		Conf.univ.dr.Preja Carmen Aneta
.....	Titlu Prenume Nume	.....
	.....	

Data avizării în Departament	Director Departament
.....	Prof.dr.ing. Prenume Nume
	.....