



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Teoria și practica în alte ramuri sportive (tenis)			
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Țurcanu Florin			
2.3 Titularul activităților practice: Prof. asociat Steff Norbert			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: C	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 20		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 3		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 6		
- tutorial: 1		
- examinări: 3		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 33		
3.9 Total ore pe semestru: 75		
3.10 Număr de credite: 3		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară

C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)
 C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
 C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.

6.2 transversale:

CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
 CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind jocul de tenis, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice de specialitate.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale

Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe

Fundamentarea statutului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Noțiuni generale privind conținutul tenisului de câmp – deplasările în teren, prizele rachetei, taxonomia descriptivă a loviturilor	Prelegere, prezentări ppt, prezentări media	nu e cazul	nu e cazul	2
2	Tehnica jocului: lovitura de dreapta, lovitura de stânga, voleul, smeciul	Prelegere, prezentări ppt, prezentări media	nu e cazul	nu e cazul	2
3	Tehnica jocului: serviciul, returul, stopul	Prelegere, prezentări ppt, prezentări media	nu e cazul	nu e cazul	2
4	Tehnica jocului: demi-voleul, lobul, passing-ul	Prelegere, prezentări ppt, prezentări media	nu e cazul	nu e cazul	2
5	Tactica jocului de simplu	Prelegere, prezentări ppt, prezentări media	nu e cazul	nu e cazul	2
6	Tactica jocului de dublu	Prelegere, prezentări ppt, prezentări media	nu e cazul	nu e cazul	2
7	Noțiuni de regulament a jocului de tenis	Prelegere, prezentări ppt, prezentări media	nu e cazul	nu e cazul	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

1.Țurcanu F., Dușa F., Teoria și practica tenisului de camp-Note de curs, University Press, 2013

2. Cojocaru Adrian - Tenis de camp, note de curs, Bacau, 2015.

Bibliografie facultativa:

1.Lăzărescu A., Tenis. Tehnică, tactică, metodică, Editura Fundației România de Măine, București, 1999

2.Teușdea C., Tenis. Specializare, Editura Fundației România de Măine, București, 2002

3. Moise, D.G., Antonescu, D. – Teoria tenisului modern, vol. I, Editura PRINTnet, București, 2002.

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Învățarea deplasării în teren și a prizelor rachetei de tenis	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
2	Învățarea loviturii de dreapta liftată cu deplasare la minge	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
3	Învățarea loviturii de dreapta procedeu tăiat	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
4	Învățarea loviturii de dreapta procedeu plat	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
5	Învățarea loviturii de stânga cu o mână liftată cu deplasare la minge	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
6	Învățarea loviturii de stânga procedeu plat și tăiat	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
7	Învățarea loviturii de stânga cu două mâini	Explicare, demonstrare, exersare,	Nu e	Nu e	2

		prezentări media	cazul	cazul	
8	Verificarea deprinderilor motrice însușite	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
9	Învățarea voleului, demi-voleului și a smeciului	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
10	Învățarea stopului, lobului și a passing-ului	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
11	Învățarea tacticii jocului la simplu	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
12	Învățarea tacticii jocului la dublu	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
13	Verificarea elementelor și procedeele tehnice învățate	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2
14	Evaluare practico-metodică	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	Nu e cazul	Nu e cazul	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

1.N. Harman., În culisele tenisului, Editura Publica, București, 2015:

2.Țurcanu F., Dușa F., Teoria și practica tenisului de camp-Note de curs, University Press, 2013

3. Cojocaru Adrian - Tenis de camp, note de curs, Bacau, 2015.

Bibliografie facultativa:

4.Lăzărescu A., Tenis. Tehnică, tactică, metodică, Editura Fundației România de Măine, București, 1999

5.Teușdea C., Tenis. Specializare, Editura Fundației România de Măine, București, 2002

6. Moise, D.G., Antonescu, D. – Teoria tenisului modern, vol. I, Editura PRINTnet, București, 2002.

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico- practice educationale prin abordări interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educationale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare.

Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Implicare la dezbaterile teoretice, prezentarea unui referat din tematica cursului, prezentare power-point.	Prezentare referat	10
- în timpul activității practice	Demonstrarea a cel puțin trei procedee tehnice (la alegere)	Probe practico-metodice	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redactional	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Proba practico-metodica	20

Standard minim de performanță:

Evaluarea teoretică - obținerea notei minime.

Evaluarea practica- obținerea notei minime 5

11. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Fundamentele științifice ale fotbalului			
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Țurcanu Florin			
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Țurcanu Florin			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 30		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 11		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 10		
- tutorial: 1		
- examinări: 6		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 58		
3.9 Total ore pe semestru: 100		
3.10 Număr de credite: 4		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.). Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca condiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă/suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară

C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)
 C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
 C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă

6.2 transversale:

CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportivă pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
 CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind fotbalul, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice de specialitate.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale. Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe. Fundamentarea statutului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar și gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Noțiuni generale privind istoricul jocului de fotbal – date de referință. Tehnica jocului de fotbal: definiție, caracteristici, taxonomie descriptivă	prelegere media, prezentari ppt	-	-	2
2	Tehnica specifică jocului fără minge și tehnica specifică jocului cu mingea: intrarea în posesie și păstrarea mingii, transmiterea mingii cu piciorul.	prelegere media, prezentari ppt	-	-	2
3	Tehnica specifică jocului cu mingea: transmiterea mingii cu capul, aruncarea mingii de la margine	prelegere media, prezentari ppt	-	-	2
4	Tehnica specifică jocului portarului	prelegere media, prezentari ppt	-	-	2
5	Tactica jocului de fotbal: definiție, caracteristici, principii, taxonomie descriptivă, acțiunea de atac–fazele și formele atacului.	prelegere media, prezentari ppt	-	-	2
6	Tactica jocului de fotbal: acțiunea de apărare–fazele și formele apărării.	prelegere media, prezentari ppt	-	-	2
7	Noțiuni de regulament ale jocului de fotbal.	prelegere media, prezentari ppt	-	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

- Balint, A. Fotbal, Tehnoredactare computerizată: Ing. Maghiari Elena, București, 2000;
- Drăgan, A., Țurcanu, F. Fotbal, teorie și metodică, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
- Țurcanu, F., Drăgan, A., Fotbal - fundamente științifice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
- Țurcanu, F. Fotbal. Fundamente științifice, Note de curs, University Press, 2013.

Bibliografie facultativa:

- Drăgan, A. Concepte privind aprofundarea pregătirii în fotbal, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012
- Drăgan, A., Ploieșteanu, C. Fotbal, lucrări practico metodice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012;
- Țurcanu F., WAYS TO MANAGE POTENTIAL STATE OF CONFLICT CAUSED BY LACK OF SPORTS SUCCESS AMONG FOOTBALL TEAM PLAYERS, Bulletin of the Transilvania University of Brașov Series IX: Sciences of Human Kinetics • Vol. 9 (58) No. 2 - 2016

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Deplasările specifice jocului de fotbal, în atac și în apărare	Explicare, exersare,	-	-	4

		demonstrare, prezentări media			
2	Procedee tehnice de preluare a mingii: cu partea interioară și exterioră a labei piciorului, cu șiretul, cu talpa, cu gamba.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media.	-	-	4
3	Procedee tehnice de preluare a mingii: cu pieptul, cu capul, cu abdomenul.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media.	-	-	4
4	Procedee tehnice de protejare și de conducere a mingii.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media.	-	-	4
5	Procedee tehnice de transmitere a mingii: lovirea mingii cu piciorul; lovirea mingii cu capul.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media.	-	-	4
6	Sisteme de tactică colectivă în atac și în apărare.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media.	-	-	4
7	Joc bilateral cu temă.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media.	-	-	4

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

1. Balint, A. Fotbal, Tehnoredactare computerizată: Ing. Maghiari Elena, București, 2000;
2. Drăgan, A., Turcanu, F. Fotbal, teorie și metodică, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
3. Turcanu, F., Drăgan, A., Fotbal - fundamente științifice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
4. Turcanu, F. Fotbal. Fundamente științifice, Note de curs, University Press, 2013.

Bibliografie facultativă:

5. Drăgan, A. Concepte privind aprofundarea pregătirii în fotbal, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012
6. Drăgan, A., Ploieșteanu, C. Fotbal, lucrări practico metodice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012
7. Turcanu F., WAYS TO MANAGE POTENTIAL STATE OF CONFLICT CAUSED BY LACK OF SPORTS SUCCESS AMONG FOOTBALL TEAM PLAYERS, Bulletin of the Transilvania University of Brașov Series IX: Sciences of Human Kinetics • Vol. 9 (58) No. 2 - 2016

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico-practice educaționale prin abordări interdisciplinare. Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe. Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare. Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Implicare în cadrul dezbaterilor teoretice, prezentarea unui referat cu o tematică specifică noțiunilor dezvoltate în cadrul activităților didactice.	Prezentare referat.	10
- în timpul activității practice	demonstrarea a cel puțin trei procedee tehnice (la alegere)	probe practico-metodice	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redacțional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Test redacțional	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5.	Proba practico-metodica	20
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică - obținerea notei minime 5. Evaluarea practica - obținerea notei minime 5.			

11. Orar consultații studenți

Conf dr Turcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Fundamentele științifice ale handbalului			
2.2 Titularul activităților de curs: Prof dr Bădău Dana			
2.3 Titularul activităților practice: dr. Paraschiv Florin			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 30		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 11		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 10		
- tutorial: 1		
- examinări: 6		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 58		
3.9 Total ore pe semestru: 100		
3.10 Număr de credite: 4		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca condiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale:

C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară
C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)
C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă
6.2 transversale:
CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive
6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general: Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind handbalul, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice de specialitate.
7.2 Obiective specifice: Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar și gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Istoricul jocului de handbal: origini și evoluție. Handbalul – obiective, direcții de perfecționare, locul în cadrul sistemului de educație fizică școlară	prelegere, discuții, prezentări ppt., prezentări media	-	-	2
2	Efortul, ritmul de joc specifice handbalului. Caracteristicile jocului de handbal și forme de organizare	prelegere, discuții, prezentări ppt., prezentări media	-	-	2
3	Tehnica jocului de handbal în atac și apărare	prelegere, discuții, prezentări ppt., prezentări media	-	-	2
4	Tactica - delimitări conceptuale și principii tactice în handbal. Tactica jocului în atac și apărare.	prelegere, discuții, prezentări ppt., prezentări media	-	-	2
5	Fazele joc de handbal în atac	prelegere, discuții, prezentări ppt., prezentări media	-	-	2
6	Fazele jocului de handbal în apărare	prelegere, discuții, prezentări ppt., prezentări media	-	-	2
7	Regulamentul jocului de handbal	prelegere, discuții, prezentări ppt., prezentări media	-	-	2

Bibliografie

bibliografie obligatorie:

Catuna G.M, Alupoiaie M - Handbal, Edit. Fundatiei Roamaniei de maine, bucuresti, 2012 Abalasei B - intorducere in antrenamentul jocului de handbal, Edit. Lumen, 2013

Cazan F - Metodica jocurilor sportive - handbal, Edit. Universitaria Craiova, 2018

Igorov Boso M, Hantau C - Fundamente științifice ale jocurilor sportive - Handbal : Curs universitar, Edit. Bren, Bucuresti, 2014

Rizescu C - Didactica handbalului, Edit. Ovidius University press, Constanta, 2013

Badau D. – 'Handbal', Note de curs, uz intern, UMF Targu Mures, 2013

Bibliografie facultativa:

Badau D. – 'Metodica disciplinei sportive – handbal', Edit. Unversitatii Transilvania, Brasov, 2007

Badau D., Paraschiv F – “Jocurile sportive. Teorie și metodica”, Edit. Universitatii Transilvania Brasov 2007

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Pozitiile de baza în atac și apărare și deplasările specifice, prinderea și pasarea mingii	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	-	-	4
2	Driblingul și pasele speciale, aruncarea la poartă	Explicare, demonstrare, exersare, prezentări media	-	-	4

3	Actiuni tactice individuale si colective in atac si aparare	Explicare,demonstrare, exersare, prezentari media	-	-	4
4	Fazele jocului in atac si aparare	Explicare,demonstrare, exersare, prezentari media	-	-	4
5	Jocul bilateral cu tema	Explicare,demonstrare, exersare, prezentari media	-	-	4
6	Organizarea si conducerea unui joc bilateral in conditii regulamentare si adaptate	Explicare,demonstrare, exersare, prezentari media	-	-	4
7	Evaluare practico-metodica	Explicare,demonstrare, exersare, prezentari media	-	-	4

Bibliografie

bibliografie obligatorie:

Catuna G.M, Alupoae M - Handbal, Edit. Fundatiei Roamaniei de maine, bucuresti, 2012 Abalasei B - intorducere in antrenamentul jocului de handbal, Edit. Lumen, 2013

Cazan F - Metodica jocurilor sportive - handbal, Edit. Universitaria Craiova, 2018

Igorov Boso M, Hantau C - Fundamente științifice ale jocurilor sportive - Handbal : Curs universitar, Edit. Bren, Bucuresti, 2014

Rizescu C - Didactica handbalului, Edit. Ovidius University press, Constanta, 2013

Badau D. – 'Handbal', Note de curs, uz intern, UMF Targu Mures, 2013

Bibliografie facultativa:

Badau D. – 'Metodica disciplinei sportive – handbal', Edit. Unversitatii Transilvania, Brasov, 2007

Badau D., Paraschiv F – “Jocurile sportive. Teorie si metodica”, Edit. Universitatii Transilvania Brasov 2007

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretico- practice educationale prin abordari interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare.

Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Implicare la dezbaterile teoretice, prezentarea unui referat din tematica cursului - prezentare power-point	Prezentare referat	10
- în timpul activității practice	Evaluarea prdeprinderilor si cunostiintelor speicfice disciplinei	Proba practico-metodica	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redactional	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Proba practico-metodica	20

Standard minim de performanță:

Evaluarea teoretică - obtinerea notei minime 5.Evaluarea practica- obtinerea notei minime 5

11. Orar consultații studenți

Prof dr Bădău Dana	Marti 12-14
--------------------	-------------



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Teoria și metodică educației fizice și sportului			
2.2 Titularul activităților de curs: Prof dr Bădău Dana			
2.3 Titularul activităților practice: dr. Paraschiv Florin			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 40		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 10		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 14		
- tutorial: 1		
- examinări: 4		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 69		
3.9 Total ore pe semestru: 125		
3.10 Număr de credite: 5		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. In situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
6.2 transversale: CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive
6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general: Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul educației fizice, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice de specialitate.
7.2 Obiective specifice: Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar și gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Educația fizică - componentă a domeniului de cercetare a teoriei educației fizice și sportului	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
2	Finalitățile și funcțiile educației fizice și sportului	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
3	Sistemul mijloacelor educației fizice	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
4	Sistemul mijloacelor educației fizice	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
5	Continutul procesului instructiv-educativ și curriculum	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
6	Continutul procesului instructiv-educativ și curriculum	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
7	Calitățile motrice	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
8	Calitățile motrice	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
9	Priceperile și deprinderile motrice	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
10	Priceperile și deprinderile motrice	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
11	Elementele de conținut ale altor laturi ale educației generale	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
12	Principiile de instruire în educația fizică	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
13	Principiile de instruire în educația fizică	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2
14	Recapitulare	prelegere, prezentari ppt., prezentare media	-	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau D., Dusa Flaviu– 'Teoria educație fizice și sportului. Teste grila, Note de curs UMF Tigru Mures , 2013
Badau D.– 'Teoria educație fizice și sportului' , Note de curs UMF Tigru Mures , 2012
Ungureanu A – Metodica educației fizice în învățământul prescolar și primar, Edit. Universitaria Craiova, 2011
Hantiu Iacob – Educație fizică și sport. Teorie și metodica. Note de curs. EFFE, Oradea , 2013
Ungureanu-Dobre A – Metodica educație fizice și sportului, Editura Universitaria, 2013

Cataneanu Sergiu Marian, Ungureanu-Dobre Aurora – Educatia fizica si sportive scolare, Editura Universitaria, 2016

Savescu Iulian - Educatie Fizica Si Sportiva Scolara. Ghid Auxiliar Pentru Clasele Primare, Editura pedagogie metodica, 2011

Tudor Virgil - Măsurare și evaluare în sport, Editura Discobolu, Bucuresti, 2013

Bibliografie facultativa:

Carstea Gh. – “Teoriei si metodica educatie fizice si sportului”, Edit. Adna, Bucuresti, 2000

Dragnea A., și colaboratorii – Educație Fizică și Sport - teorie și didactică - Editura FEST, București, 2006

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Obiectul de studiu si idealurile al teorie educatie fizice si sportului	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
2	Miscarea si motricitatea omului	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
3	Miscarea si motricitatea omului	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
4	Capacitatea motrica generala	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
5	Capacitatea motrica generala	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
6	Capacitatea conditionala si coordinativa	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
7	Capacitatea conditionala si coordinativa	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
8	Priceperile si deprinderile motrice	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
9	Priceperile si deprinderile motrice	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
10	Invatarea motrica	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
11	Invatarea motrica	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
12	Metode si principii specifice educatie fiizice si sportului	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
13	Metode si principii specifice educatie fiizice si sportului	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2
14	Formele de baza ale practicarii exercitiilor fizice	Explicare, dezbatere, prezentari media	-	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau D., Dusa Flaviu– 'Teoria educatie fizice si sportului. Teste grila, Note de curs UMF Tigiu Mures , 2013

Badau D.– 'Teoria educatie fizice si sportului' , Note de curs UMF Tigiu Mures , 2012

Ungureanu A – Metodica educatiei fizice in invatamantul prescolar si primar, Edit. Universitaria Craiova, 2011

Hantiu Iacob – Educație fizică și sport. Teorie si metodica. Note de curs. EFFE, Oradea , 2013

Ungureanu-Dobre A – Metodica educatie fizice si sportului, Editura Universitaria, 2013

Cataneanu Sergiu Marian, Ungureanu-Dobre Aurora – Educatia fizica si sportive scolare, Editura Universitaria, 2016

Savescu Iulian - Educatie Fizica Si Sportiva Scolara. Ghid Auxiliar Pentru Clasele Primare, Editura pedagogie metodica, 2011

Tudor Virgil - Măsurare și evaluare în sport, Editura Discobolu, Bucuresti, 2013

Bibliografie facultativa:

Carstea Gh. – “Teoriei si metodica educatie fizice si sportului”, Edit. Adna, Bucuresti, 2000

Dragnea A., și colaboratorii – Educație Fizică și Sport - teorie și didactică - Editura FEST, București, 2006

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretico- practice educationale prin abordari interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare.

Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Test grila	30
- în timpul activității practice		-	0
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redactional / Test grila	70
- examen practic final	-	-	0
Standard minim de performanță: Nota minima de promovare este 5 atat la evaluarea la seminar, cat si examenul teoretic.			

11. Orar consultații studenți

Prof dr Bădău Dana	Marti 12-14
--------------------	-------------



Fișa disciplinei

an academic: 2021 - 2022

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Activități ludice			
2.2 Titularul activităților de curs: Prof dr Bădău Dana			
2.3 Titularul activităților practice: dr. Paraschiv Florin			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei: Opt

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 0		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 2		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 4		
- tutorial: 0		
- examinări: 2		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 8		
3.9 Total ore pe semestru: 50		
3.10 Număr de credite: 2		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative) Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca condiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: - nu este cazul
5.2 a activităților practice: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților din UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: -Identificarea și utilizarea conceptelor fundamentale ale activitatilor ludice -Posibilitatea studentilor de a programa, organiza și conduce activitatilor practice specifice activitatilor ludice -Formularea obiectivelor de instruire specifice activitatilor ludice cadrul activitatii didactice -Identificarea metodologiei specifice predarii activitatilor ludice
--

-Identificarea formelor de practicare si organizare a activitatilor ludice si jocurilor dinamice in concordanta cu obiectivele operationale si particularitatile bio-psiho-motrice a elevilor

6.2 transversale:

-Documentarea

-Operarea cu programe digitale

-Elaborarea si tehnoredactarea de material documentare si personale (referate) folosind un limbaj specific domeniului

-Lucru in echipa si organizarea unei activitati sportive pe nivele de pregatire prin indeplinirea rolului si atributilor in cadrul echipei

-Respectare normelor de etica si deontologie profesionala

-Abilitati de comunicare scrisa si orala prin folosirea terminologiei specifice

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

- vizeaza transmiterea conceptelor, metodelor, mijloacelor, formelor de organizare si formarea deprinderilor practico-metodice necesare organizarii si predarii activitatilor ludice in educatie fizica.

7.2 Obiective specifice:

Insusirea notiunilor de baza specific activitatilor ludice

- cunoasterea rolului si locului activitatilor ludice in educatia fizica

- cunoasterea continutului activitatilor ludice si a unui numar variate de jocuri dinamice

- insusirea metodologie specific activitatilor ludice

- dezvoltarea creativitatii prin conceperea si adaptarea programelor de activitati ludice in educatie fizica

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Activitatile ludice - delimitari conceptuale, sistematizare, caracteristici organizatorice si metodice	Explicatia, conversatia, prezentari multimedia	-	-	2
2	Activitati ludice pentru dezvoltarea capacitatii psihomotrice	Explicatia, conversatia, prezentari multimedia	-	-	2
3	Activitati ludice pentru dezvoltarea capacitati cotrice conditionale	Explicatia, conversatia, prezentari multimedia	-	-	2
4	Activitati ludice pentru dezvoltarea capacitati cotrice coordinative	Explicatia, conversatia, prezentari multimedia	-	-	2
5	Activitati ludice cu utilizarea de materiale improvizate	Explicatia, conversatia, prezentari multimedia	-	-	2
6	Activitati ludice pentru dezvoltarea deprinderilor sportive	Explicatia, conversatia, prezentari multimedia	-	-	2
7	Recapitulare	Explicatia, conversatia, prezentari multimedia	-	-	2
8	Bune practici în cercetarea științifică	Dezbaterea, studii de caz, prezentarea PPT	-	-	2

Bibliografie

Badau D, Badau A – Activitati ludice în educația fizică și adaptate in kinetoterapie, note de curs, UMFTGM, University press Tirgu Mures, uz intern, 2013

Balint E – Jocul in activitatile formale si nonformale din invatamantul prescolar si primar, Edit. Universitatii Transilvania din Brasov, 2013

Catalano H, Albuiescu I- Pedagogia jocului si a activitatilor ludice, Editura: DIDACTICA SI PEDAGOGICA, 2019

Bibliografie facultativa:

Sabau E – 'Jocurile dinamice si deprinderile motrice', Edit. Gym, Cluj-Napoca, 2006

Sabau E, Badau D. – 'Sportul pentru toti – note de curs', capitolul de jocuri de miscare, SPT Bucuresti, 2010

Nadeau M– '120 de jocuri sportive' , Edit. Polirom, Brasov, 2010

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Exemple de activități ludice pentru dezvoltarea calităților motrice	Explicatia, demonstrarea, exersarea	-	-	4
2	Exemple de activități ludice pentru dezvoltarea calităților motrice	Explicatia, demonstrarea, exersarea	-	-	4
3	Exemple de activități ludice pentru dezvoltarea psihomotricitatii	Explicatia, demonstrarea, exersarea	-	-	4
4	Exemple de activități ludice pentru formarea deprinderilor	Explicatia, demonstrarea,	-	-	4

	de baza si aplicative	exersarea			
5	Exemple de activități ludice pentru formarea deprinderilor de baza si aplicative	Explicatia, demonstrarea, exersarea	-	-	4
6	Exemple de activități ludice pentru formarea deprinderilor sportive	Explicatia, demonstrarea, exersarea	-	-	4
7	Evaluare practico-metodica	Explicatia, demonstrarea, exersarea	-	-	4

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau D, Badau A – Activitati ludice în educația fizică și adaptate in kinetoterapie, note de curs, UMFTGM, University press Tirgu Mures, uz intern, 2013

Balint E – Jocul in activitatile formale si nonformale din invatamantul prescolar si primar, Edit. Universitatii Transilvania din Brasov, 2013

Catalano H, Albulescu I- Pedagogia jocului si a activitatilor ludice, Editura: DIDACTICA SI PEDAGOGICA, 2019

Bibliografie facultativa:

Sabau E – 'Jocurile dinamice si deprinderile motrice', Edit. Gym, Cluj-Napoca, 2006

Sabau E, Badau D. – 'Sportul pentru toti – note de curs', capitolul de jocuri de miscare, SPT Bucuresti, 2010

Nadeau M– '120 de jocuri sportive' , Edit. Polirom, Brasov, 2010

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretic- practice educationale prin abordari interdisciplinare

Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare

Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	-	-	0
- în timpul activității practice	Evaluarea cunostintelor metodice si pedagogice	Test practico-metodic	30
Evaluare finală			
- examen teoretic final	- nu este cazul	- nu este cazul	0
- examen practic final	Proba practico-metodica constand in organizarea si conducerea a 2 activitati ludice cu grupa de studentii. Nota minima 5.	Evaluare practico-metodica constand in organizarea si conducerea a 2 activitati ludice cu grupa de studenti	70
Standard minim de performanță: Elaborarea a 2 referate conform tematicii disciplinei , evaluat cu minim nota 5			

11. Orar consultații studenți

Prof dr Bădău Dana	Marti 12-14
--------------------	-------------



Fișa disciplinei

an academic: 2021 - 2022

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Gimnastică aerobică de întreținere			
2.2 Titularul activităților de curs: Lect dr Ciulea Laura			
2.3 Titularul activităților practice: Lect dr Ciulea Laura			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: V	2.7 Regimul disciplinei: Opt

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 0		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 20		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 10		
- tutorial: 0		
- examinări: 6		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 36		
3.9 Total ore pe semestru: 78		
3.10 Număr de credite: 2		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative) Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca condiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: - nu este cazul
5.2 a activităților practice: - Explicitate în Regulamentul didactic al studenților din UMFST cu extinderi și particularizări în Regulamentul didactic al studenților al programului EFS. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: -Identificarea și utilizarea conceptelor fundamentale specifice gimnasticii aerobice de intretinere -Posibilitatea studentilor de a programa, organiza și conduce activitatilor practice specifice gimnasticii aerobice -Formularea obiectivelor de instruire specifice gimnasticii aerobice

- Identificarea metodologiei specifice predării gimnasticii aerobice
- Prezentarea principalelor exerciții și metode ale gimnasticii aerobice
- Identificarea formelor de practicare și organizare a gimnasticii aerobice
- Explicarea regulilor și indicațiilor metodice în conceperea programelor de gimnastică aerobica
- Identificarea metodelor și criteriilor de evaluare specifice gimnasticii aerobice

6.2 transversale:

- Documentarea
- Operarea cu programe digitale
- Elaborarea și tehnoredactarea de material documentare și personale (referate) folosind un limbaj specific domeniului
- Lucru în echipă și organizarea unei activități sportive pe nivele de pregătire prin îndeplinirea rolului și atribuțiilor în cadrul echipei
- Respectare normelor de etică și deontologie profesională
- Abilități de comunicare scrisă și orală prin folosirea terminologiei specifice.

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

- vizează transmiterea conceptelor, principiilor, metodelor și mijloacelor și formarea deprinderilor practico-metodice specifice gimnasticii aerobice

7.2 Obiective specifice:

- însușirea noțiunilor de bază specific gimnasticii aerobice
- cunoașterea rolului și locului gimnasticii aerobice
- cunoașterea conținutului gimnasticii aerobice
- însușirea metodologiei specifice gimnasticii aerobice
- exersarea elementelor principalelor metode ale gimnasticii aerobice
- cunoașterea modalităților de diferențiere pe categorii de vârstă

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Apariția și evoluția gimnasticii aerobice	- Explicare, dezbateri, prezentări media	- NU ESTE CAZUL	- NU ESTE CAZUL	2
2	Obiectivele, caracteristicile și efectele practicării gimnasticii aerobice de întreținere asupra organismului	Explicare, dezbateri, prezentări media	- nu este cazul	- nu este cazul	2
3	Optimizarea condiției fizice prin gimnastică aerobica de întreținere	Explicare, dezbateri, prezentări media	- nu este cazul	-nu este cazul	2
4	Mijloacele gimnasticii aerobice	Explicare, dezbateri, prezentări media	- nu este cazul	- nu este cazul	2
5	Principii de desfășurare a lecției de gimnastică aerobică	Explicare, dezbateri, prezentări media	- nu este cazul	- nu este cazul	2
6	Programe de gimnastică aerobică diferențiate pe categorii de vârstă	Explicare, dezbateri, prezentări media	- nu este cazul	- nu este cazul,	2
7	Gimnastică aerobică mijloc al educației fizice	Explicare, dezbateri, prezentări media	- nu este cazul,	- nu este cazul,	2

Bibliografie

- Laura- Edit Ciulea- Fitness și gimnastică aerobică, Editura RISOPRINT, Cluj Napoca, 2020, pg. 90, ISBN:, 978-973-53-2499-5, cod CNCIS 178
- Sakizlian M- Curs de gimnastică aerobică pentru studenți, Edit. Universității din Buc., 2014
- Niculescu G - Gimnastică de bază, Edit. Fundației România de mâine, București, 2012
- Macovei S – Stretching, Colectia "Miscarea este viața, viața este miscare, nr 4, Edit. AFIR, București, 2012
- Damian M – Gimnastică aerobica pentru studenți, Edit. Ovidius University Press, Constanta, 2005
- Boros A-M.– Fit-ball accesibil, agreabil, adaptabil, Colectia "Miscarea este viața, viața este miscare, nr 2, Edit. RCR Editorial, București, 2010
- Boyle M – Advance in functional training, Library of Congress Cataloging in Publication Data, SUA, 2010
- Damian M – Gimnastică aerobica pentru studenți, Edit. Ovidius University Press, Constanta, 2005
- Ferrero B, Aparaschivei M – Gimnastică aerobică așteptându-se înțelesul tuturor, Edit. Semne, București, 2004

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Lecție cu caracter organizatoric	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2
2	Învățare pași de bază din gimnastică aerobică	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2

3	Invatare pași de bază si de dans din gimnastica aerobică	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2
4	Invatare pași de bază si de dans din gimnastica aerobică	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2
5	Consolidare pași de bază si de dans din gimnastica aerobică	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul,	2
6	Consolidare pași de bază si de dans din gimnastica aerobică Complex de dezvoltare fizica armonioasa	Exersarea, explicația	-	-nu este cazul	2
7	Step aerobic Complex de dezvoltare fizica armonioasa	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2
8	Step aerobic Complex de dezvoltare fizica armonioasa	Exersarea, explicația	-	-nu este cazul	2
9	Fit- ball	Exersarea, explicația	-	-nu este cazul	2
10	Functional training	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2
11	Functional training Complex de dezvoltare fizica armonioasa	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2
12	Stretching si pilates	Exersarea, explicația	-	- nu este cazul	2
13	Programe de exerciții aerobice de întreținere pe categorii de vârstă	Exersarea, explicația	-	- nu etse cazul	2
14	Verificare practico-metodică	Exersarea, explicatia	Testare finala	- nu este cazul	2

Bibliografie

Boyle M – Advance in functional training, Library of Congress Cataloging in Publication Data, SUA, 2010
 Damian M – Gimnastica aerobica pentru studenti, Edit. Ovidius University Press, Constanta, 2005
 Boros A-M.– Fit-ball accesibil, agreabil, adaptabil, Colectia “Miscarea este viata, viata este miscare,nr 2, Edit. RCR Editorial, Bucuresti, 2010
 Damian M – Gimnastica aerobica pentru studenti, Edit. Ovidius University Press, Constanta, 2005
 Ferrerio B, Aparaschivei M – Gimnastica aerobică ape intelesul tuturor, Edit. Semne, Bucuresti, 2004

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretic- practice educationale prin abordari interdisciplinare
 Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe
 Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare
 Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Evaluare teoretică pe parcurs în conformitate cu specificul disciplinei. Nota minimă de promovare este 5	- teste redacționale	20
- în timpul activității practice	Evaluarea abilitatilor practice	Test practico-metodic	10
Evaluare finală			
- examen teoretic final	- Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	- Test redactional / Test grila	50
- examen practic final	-în funcție de specificul disciplinei	Prezentarea a unui referat, a unui clip video cu un program personal de aerobic si trecerea probei de evaluare practico-metodice	20

Standard minim de performanță:

Elaborarea a unui referat si a unui clip video conform tematicii disciplinei si trecerea probelor de evaluare

practico-metodice, nota minima 5

11. Orar consultații studenți

Lect dr Ciulea Laura

Sef lucrari Laura Ciulea- luni 18-20



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Expresie corporală și euritmie			
2.2 Titularul activităților de curs: Lect dr Ungur Natalia-Ramona			
2.3 Titularul activităților practice: Asist.dr.Varodi Ionuț			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: C	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 4	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 28	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 36		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 20		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 12		
- tutorial: 0		
- examinări: 4		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 72		
3.9 Total ore pe semestru: 100		
3.10 Număr de credite: 4		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca condiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predate dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației
--

fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic

C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă

C5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport

6.2 transversale:

CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de

pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională

CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul activităților euritmice, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice de specialitate.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale.

Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe.

Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Euritmie - aspect generale, caracteristici, roluri	Prelegere, prezentare multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
2	Euritmia - formă a mișcării	Prelegere, prezentare multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
3	Expresia corporală	Prelegere, prezentare multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
4	Comunicarea motrică	Prelegere, prezentare multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
5	Limbaj corporal și expresivitate	Prelegere, prezentare multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
6	Plasticitate corporală	Prelegere, prezentare multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
7	Spectacol sportiv	Prelegere, prezentare multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau Dana – Expresie corporala si euritmie, note de curs UMF, uz intern 2014

Chera-Ferrario Bianca, marinescu Susana – Teoria si practica in sporturi de expresie –dans sport/dabs popular, curs, Targoviste 2018

Cristina Jeleascov – Dans sportiv, Edit. Fundatiei Romaniei de Maine, Bucuresti, 2014

Nastase V.D. – Dansul sportiv. Metodologia performantei, Edit. Paralela 45, Bucuresti, 2011

Bibliografie facultativa:

Nanu, Liliana - Expresivitate corporală motrică prin utilizarea mijloacelor gimnasticii ritmice. Galați University Press; 2010

Năstase, V.D.- Dans sportiv, Compendiu din tehnica și tactica de bază. Editura Paralele 45, 2011

Murakami H. – Dans dans dans, Edit. Polirom, Bucuresti, 2006

Girot I.; Michel M. – Dansul in secolul XX, Edit. Art, Bucuresti, 2011

Potop, V., 2008, Dansul folkloric muntenesc. București Editura Bren

Cipu C. – Instructor de jocuri populare, Centrul de cultura si arta a județului Timiș, 2004

PROGRAMA ȘCOLARĂ pentru disciplina EURITMIE, cClasele a III-a – a IV-, Bucuresti, <https://waldorfcluj.ro/wp-content/uploads/2017/01/Programe-3-4-14-Euritmie.pdf>, 2016

Zlate, M – Psihologia mecanismelor cognitive, Ed. Polirom, București(2004)

Dragnea, A., Bota, A.– Teoria activităților motrice, Ed. Didactică și Pedagogică, R.A., București(1999)

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Înșușirea pașilor de bază a dansului - Valsul lent și vienez	Explicație, demonstrație, exersare/prezentări multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
2	Înșușirea pașilor de bază a dansului Rumba,Samba	Explicație, demonstrație, exersare/prezentări multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2

3	Insusirea pasilor de baza a dansurilor populare romanesti – Hora si Alunelul	Explicație, demonstrație, exersare/ prezentări multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
4	Insusirea pasilor de baza a dansurilor populare romanesti – Sarba și Brasoveanca	Explicație, demonstrație, exersare/ prezentări multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
5	Insusirea pasilor de baza a dansurilor populare ardelenesti	Explicație, demonstrație, exersare/ prezentări multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
6	Programe euritmice	Explicație, demonstrație, exersare/ prezentări multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2
7	Programe euritmice	Explicație, demonstrație, exersare/ prezentări multimedia	Nu este cazul	Nu este cazul	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau Dana – Expresie corporala si euritmie, note de curs UMF, uz intern 2014

Chera-Ferrario Bianca, marinescu Susana – Teoria si practica in sporturi de expresie –dans sport/dabs popular, curs, Targoviste 2018

Cristina Jeleascov – Dans sportiv, Edit. Fundatiei Romaniei de Maine, Bucuresti, 2014

Nastase V.D. – Dansul sportiv. Metodologia performantei, Edit. Paralela 45, Bucuresti, 2011

Bibliografie facultativa:

Nanu, Liliana - Expresivitate corporală motrică prin utilizarea mijloacelor gimnasticii ritmice. Galați University Press; 2010

Năstase, V.D.- Dans sportiv, Compendiu din tehnica și tactica de bază. Editura Paralele 45, 2011

Murakami H. – Dans dans dans, Edit. Polirom, Bucuresti, 2006

Girod I.; Michel M. – Dansul in secolul XX, Edit. Art, Bucuresti, 2011

Potop, V., 2008, Dansul folkloric muntenesc. București Editura Bren

Cipu C. – Instructor de jocuri populare, Centrul de cultura si arta a județului Timiș, 2004

PROGRAMA ȘCOLARĂ pentru disciplina EURITMIE, cClasele a III-a – a IV-,Bucuresti, <https://waldorfcluj.ro/wp-content/uploads/2017/01/Programe-3-4-14-Euritmie.pdf>, 2016

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

<p>Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretico- practice educationale prin abordari interdisciplinare.</p> <p>Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe.</p> <p>Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare.</p> <p>Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.</p>

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	-Evaluare teoretica pe parcurs in conformitate cu specificul disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	- Teste redactionale	10
- în timpul activității practice	-Evaluarea activităților practice pe parcurs va fi in conformitate cu specificul disciplinei. Consta in realizarea unui portofoliu cu aplicatile practice specifice disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	-Probe practico-metodice.	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test scris/grila	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice - realizarea unui portofoliu cu aplicatile practice specifice disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Probe practico-metodice.	20

Standard minim de performanță:

Evaluarea la lucrarile practice - obtinerea notei minime 5.

Evaluarea teoretică - obtinerea notei minime 5.

11. Orar consultații studenți

Lect dr Ungur Natalia-Ramona	Marți 16-18
------------------------------	-------------



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Metodica predării gimnasticii în școală			
2.2 Titularul activităților de curs: Lect dr Ciulea Laura			
2.3 Titularul activităților practice: Lect dr Ciulea Laura			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 20		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 20		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 10		
- tutorial: 0		
- examinări: 2		
- alte activități: 17		
3.8 Total ore de studiu individual: 69		
3.9 Total ore pe semestru: 125		
3.10 Număr de credite: 5		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative) Fișa disciplinei Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice care au mențiunea TMDS , în principiu , vor avea ca condiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților din UMFST cu extinderi și particularizări în Regulamentul didactic al studenților al Disciplinei de Educație Fizică. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților din UMFST cu extinderi și particularizări în Regulamentul didactic al studenților al Disciplinei de Educație Fizică. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: -Identificarea și utilizarea conceptelor fundamentale specifice gimnasticii , de baza , acrobatice și artistice
--

- Posibilitatea studentilor de a programa, organiza si conduce activitatilor practice specifice gimnasticii de baza, acrobatice si artistice
- Formularea obiectivelor de instruire specifice gimnasticii artistice in cadrul activitatilor didactice
- Identificarea metodologiei specifice predarii gimnasticii de baza, artistice in ciclul primar si gimnazial si in activitatea extracuriculara
- Prezentarea principalelor elemente ale gimnasticii de baza, artistice si ale sariturilor acrobatice
- Identificarea formelor de practicare si organizare a gimnasticii de baza, artistice in procesul didactic
- Explicarea regulilor si indicatiilor metodice in conceperea programelor de gimnastica artistica și a sariturilor acrobatice
- Identificarea metodelor si criteriilor de evaluare specifice gimnasticii in scoala

6.2 transversale:

- Documentarea
- Operarea cu programe digitale
- Elaborarea si tehnoredactarea de material documentare si personale (referate) folosind un limbaj specific domeniului
- Lucru in echipa si organizarea unei activitati sportive pe nivele de pregatire prin indeplinirea rolului si atributilor in cadrul echipei
- Respectare normelor de etica si deontologie profesionala
- Abilitati de comunicare scrisa si orala prin folosirea terminologiei specifice.

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Cursul vizeaza transmiterea conceptelor, principiilor, metodelor si mijloacelor si formarea deprinderilor practico-metodice specifice gimnasticii in scoala , ciclul primar si gimnazial

7.2 Obiective specifice:

Insusirea notiunilor de baza specific gimnasticii in scoala

- cunoasterea rolului si locului gimnasticii in sistemul de invatamant
- cunoasterea continutului gimnasticii in scoala
- insusirea metodologie specifice gimnasticii
- exersarea elementelor de gimnastica de baza, acrobatica si artistica prevazute in curricula
- aplicarea cunostintelor si deprinderilor dobandite in vederea optimizarii predarii gimnasticii in pocesul didactic in ciclul primar si gimnazial
- cunoasterea modalitatilor de evaluare specifice gimnasticii in scoala

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Continutul si particularitatile gimnasticii in cadrul educatiei fizice in invatamantul primar si gimnazia	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
2	Obiectivele predarii gimnasticii in scoala	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
3	Rolul exercitiilor de dezvoltare fizica generala	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
4	Rolul exercitiilor de dezvoltare fizica generala	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
5	Deprinderile aplicative in ciclul primar	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
6	Deprinderile aplicative in ciclul gimnazial	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
7	Continutul gimnic acrobatic in ciclul primar	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
8	Continutul gimnic acrobatic in ciclul gimnazial	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
9	Bazele tehnice si metodica invatarii sariturilor specifice gimnasticii in scoala	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
10	Bazele tehnice si metodica invatarii sariturilor specifice gimnasticii in scoala	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
11	Bazele tehnice si metodica invatarii elementelor acrobatice specifice gimnasticii in scoala	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
12	Bazele tehnice si metodica invatarii elementelor acrobatice specifice gimnasticii in scoala	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
13	Cadrul metodologic de evaluare specific gimnasticii in invatamantul primar	Prelegere + prezentari multimedia	- nu este cazul	- nu este cazul	2
14	Cadrul metodologic de evaluare specific gimnasticii in	Prelegere +	- nu este	- nu este	2

invatamantul primar	prezentari multimedia	cazul	cazul
<p>Bibliografie</p> <p>Bibliografie obligatorie:</p> <p>Badau Dana, Badau Adela – Gimnastica in scoala. Fundamente teoretice si ptractico-metodice, note de curs, UMFTGM ; University press Tirgu Mures, 2012</p> <p>4.Talaghir L.G – Gimnastica in liceu, Edit. Ziggoto, Galati, 2012</p> <p>Ortanescu D., Nanu M.C- Metodica predarii gimnasticii in scoala, Edit. Universitaria, 2018</p> <p>Niculescu G - Gimnastica de baza, EDITURA FUNDAȚIEI ROMÂNIA DE MÂINE București, 2012</p> <p>Chera Ferrario Bianca - Elemente definatorii pentru gimnastica de baza, Edit. Universitară, 2013</p> <p>Oprea L si colab. Educatia fizica si sport. manual pentru clasa a V-a, Edit. Did.si Pedag., Bucuresti, 2017</p> <p>Programa educatie fizica cl.V-VIII, https://www.ise.ro/wp-content/uploads/2017/01/Educatie-fizica-si-sport.pdf, 2017</p> <p>Groza Gogean G., Liusnea D. N. Gimnastica de baza, Edit. Pim, Iasi, 2015</p> <p>Bibliografie facultativa:</p> <p>Grigore V - Gimnastica Manual pentru cursul de baza, Edit. Bren , Bucuresti , 2003</p> <p>Fekete I – “Gimnastica de baza, acrobatic is sarituri”, Edit. Librariile Crican, Oradea 1996</p> <p>Popescu G. - 'Gimnastica – prezentare generala', Edit. Perpesicius, Bucuresti, 2003</p> <p>Damian M – Gimnastica de baza, Edit. Ovidius Univeristy Press, Constanta, 2002</p> <p>Teșu A. - Culegere de jocuri, ștafete și parcururi aplicative pentru învățarea-consolidarea principalelor elemente acrobatice, Edit. StudIS, Iasi, 2016</p>			

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Exercitii de front si ordine	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
2	Exercitii de dezvoltare fizica generala	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
3	Metodica invatarii exercitiilor aplicative	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
4	Metodica invatarii elementelor acrobatice statice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
5	Metodica invatarii elementelor acrobatice statice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
6	Metodica invatarii elementelor acrobatice dinamice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
7	Metodica invatarii elementelor acrobatice dinamice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
8	Metodica invatarii elementelor acrobatice dinamice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
9	Liniile acrobatice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
10	Liniile acrobatice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
11	Metodica invatarii fazele sariturilor acrobatice	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
12	Metodica invatarii sariturilor specifice gimnasticii	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
13	Metodica invatarii sariturilor specifice gimnasticii	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2
14	Evaluarea practico-metodică	Explicatia, demonstratia, exersarea	- nu este cazul	- nu este cazul	2

<p>Bibliografie</p> <p>Bibliografie obligatorie:</p> <p>Badau Dana, Badau Adela – Gimnastica in scoala. Fundamente teoretice si ptractico-metodice, note de curs, UMFTGM ; University press Tirgu Mures, 2012</p> <p>4.Talaghir L.G – Gimnastica in liceu, Edit. Ziggoto, Galati, 2012</p> <p>Ortanescu D., Nanu M.C- Metodica predarii gimnasticii in scoala, Edit. Universitaria, 2018</p> <p>Niculescu G - Gimnastica de baza, EDITURA FUNDAȚIEI ROMÂNIA DE MÂINE București, 2012</p> <p>Chera Ferrario Bianca - Elemente definatorii pentru gimnastica de baza, Edit. Universitară, 2013</p> <p>Oprea L si colab. Educatia fizica si sport. manual pentru clasa a V-a, Edit. Did.si Pedag., Bucuresti, 2017</p> <p>Programa educatie fizica cl.V-VIII, https://www.ise.ro/wp-content/uploads/2017/01/Educatie-fizica-si-sport.pdf,</p>			
---	--	--	--

2017

Groza Gogean G., Liusnea D. N. Gimnastica de baza, Edit. Pim, Iasi, 2015

Bibliografie facultativa:

Grigore V - Gimnastica Manual pentru cursul de baza, Edit. Bren , Bucuresti , 2003

Fekete I – “Gimnastica de baza, acrobatic is sarituri”, Edit. Librariile Crican, Oradea 1996

Popescu G. - 'Gimnastica – prezentare generala', Edit. Perpesicius, Bucuresti, 2003

Damian M – Gimnastica de baza, Edit. Ovidius Univeristy Press, Constanta, 2002

Teșu A. - Culegere de jocuri, ștafete și parcururi aplicative pentru învățarea-consolidarea principalelor elemente acrobatic, Edit. StudIS, Iasi, 2016

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretic- practice educaționale prin abordări interdisciplinare

Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe

Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare

Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Evaluare teoretică , pe parcurs, în conformitate cu specificul disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Teste redacționale	10
- în timpul activității practice	Evaluarea activităților practice pe parcurs, în conformitate cu specificul disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Probe practico-metodice	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen scris cu subiecte din tematica disciplinei. Nota minima 5	Test redactional cu subiecte din tematica disciplinei	50
- examen practic final	Evaluare practica constand in conducerea unie verigi de lectie cu tematica din gimnastica (pentru ciclul primar sau gimnazial). Nota minima 5.	Test practic - conducerea unie verigi de lectie cu tematica din gimnastica (pentru ciclul primar sau gimnazial)	20
Standard minim de performanță: Trecerea probelor de evaluare practico-metodice, evaluat cu minim nota 5 Rezolvarea partiala a tuturor subiectelor examenului scris, evaluate cu minim nota 5.			

11. Orar consultații studenți

Lect dr Ciulea Laura	Sef lucrari Laura Ciulea- miercuri 18-20
----------------------	--



Fișa disciplinei

an academic: 2021 - 2022

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Fiziologie			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 1	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 2
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 14
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 12		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 4		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 6		
- tutorial: 5		
- examinări: 4		
- alte activități: 2		
3.8 Total ore de studiu individual: 33		
3.9 Total ore pe semestru: 75		
3.10 Număr de credite: 3		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: -
4.2 de competențe: -

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: - În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: - În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: -Cunoașterea și aprofundarea conceptelor generale, a proceselor fundamentale specifice și a metodelor de explorare fiziologică specifică a principalelor sisteme biologice ale organismului. -Deprinderea termenilor medicali specifici. -Obținerea fundamentului științific care să permită înțelegerea ulterioară a proceselor patologice.
6.2 transversale: -Stimularea capacității de lucru în echipă prin participarea la activitățile experimentale din cadrul disciplinei. -Dezvoltarea abilităților de comunicare orală prin activități practice și teoretice interactive. -Încurajarea abilităților de exprimare scrisă prin intermediul testărilor efectuate pe tot parcursul semestrului.
6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Înțelegerea noțiunilor de bază de fiziologie și acumularea cunoștințelor teoretice pentru efectuarea unor experimente simple în cadrul lucrărilor practice

7.2 Obiective specifice:

Cunoașterea noțiunilor de bază ale fiziologiei

Corelarea noțiunilor de fiziologie cu aplicabilitatea lor în Educație Fizică și Sportivă

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Controlul motor: studiul mecanismelor de control ale forței dezvoltate prin recrutarea unităților motorii	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Conducerea neuronală a impulsului nervos, transmiterea sinaptică, unitatea motorie	Patologii musculare, Patologii ale coloanei vertebrale, Managementul durerii, Patologii degenerative ale SNC, Patologii ale nervilor cranieni, Tulburări ale nervilor periferici	2
2	Organizare la nivel de țesut: particularitățile structurale și funcționale ale musculaturii striate.	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Fiziologia unității motorie Fiziologia contracției musculare Particularități unice induse prin exercițiu fizic	Patologii musculare, Patologii ale coloanei vertebrale, Managementul durerii, Patologii degenerative ale SNC, Patologii ale nervilor cranieni, Tulburări ale nervilor periferici	2
3	Adaptări funcționale ale organismului uman induse sub acțiunea exercițiului fizic: anduranță și rezistență	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Curba de forță Curba de forță și viteză Curba de forță și timp; Adaptări funcționale induse prin exercițiul fizic de tip anduranță – rezistență; Deteriorare musculară provocată prin exercițiu fizic	Patologii musculare, Patologii ale coloanei vertebrale, Managementul durerii, Patologii degenerative ale SNC, Patologii ale nervilor cranieni, Tulburări ale nervilor periferici	4
4	Sistemul endocrin și exercițiul fizic	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Organizarea sistemului neuroendocrin Glandele endocrine și exercițiul fizic: rol, reglare, răspuns și adaptare	Diabet zaharat, hipoglicemie, metabolismul lipidic, Hiperfuncția glandei adrenale, Tulburări ale metabolismului calciului și vitaminei D	2
5	Funcția cardiovasculară și adaptările acute/cronice induse prin exercițiului fizic	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Particularitățile morfo-funcționale ale sistemului cardio-vascular Fenomene mecanice Adaptările funcționale induse prin exercițiul fizic de tip sub maximal și maximal Adaptările vizibile în repaus și în timpul exercițiului fizic; Consumul maxim de oxigen – curba de efort	Tulburări de conducere/ ritm cardiac, patologii valvulare cardiace, stop cardio-respirator, patologie cardiacă ischemică	2
6	Funcția respiratorie și adaptările acute/cronice induse prin exercițiului fizic	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Mecanismul ventilației pulmonare Controlul ventilației Rolul exercițiului fizic (sub maximal - maximal) în controlul	Dispnee, dezechilibru acido-bazic, Astmă, oboșală, bronșită și emfizem cronic, patologie pulmonară cronică,	2

			ventilației pulmonare Ventilația pulmonară și metabolismul energetic: punctul de compensare respirator – curba de efort		
7	Curs recapitulativ de tip Team Best Learning	TBL	Funcția cardiovasculară și adaptările acute/cronice induse prin exercițiului fizic	Tulburări de conducere/ ritm cardiac, patologii valvulare cardiace, stop cardio-respirator, patologie cardiacă ischemică	2
8	Metabolismul energetic: suprapunerea activității metabolismului celular și a curbei de efort	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Surse de energie celulară Metabolismul aerob Metabolismul anaerob Curba de efort	Câștig ponderal, Pierdere ponderală, Tulburări ale metabolismului lipidic	2
9	Sistemul imunitar și exercițiul fizic	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Exercițiu fizic dinamic (acut) și răspunsul imun: leucocite și limfocite reglare endocrină a funcției imune Sistemul imunitar și metabolismul celular Sistemul imunitar și traumatismul muscular indus prin exercițiu fizic dinamic (acut)	Imunodeficiență, Oboseală	2
10	Funcția apei și modificările induse în funcția generală sub acțiunea exercițiului fizic: Echilibrul hidroelectrolitic	Curs integrat – Disciplina de Medicină de Laborator	Distribuirea apei în organism Pierderea de lichide - echilibrul hidro-electrolitic Mecanismul de sete – manifestări funcționale induse prin dezechilibre hidro-electrolitice	Sincopă, Durere de cap, Amețeli, Căderi, Oboseală, Tulburări de somn, echilibru hidro-electrolitic	2
11	Condiții de mediu și adaptarea funcțională la exercițiu fizic: Acclimatizare	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Hipertermie – mecanismul de termoreglare, răspuns circulator și metabolic, Sincopa Hipotermie Expunere la altitudine Acclimatizare	Moarte subită, echilibru hidro-electrolitic, Sincopă, Durere de cap, Amețeli, Căderi, Oboseală	2
12	Adaptarea funcțională generală (cronică) sub acțiunea exercițiu fizic condus sistematic	Prezentare orală și ilustrare multimedia	Particularități funcționale în practica exercițiului fizic	Câștig ponderal, Dispnee, dezechilibru acido-bazic, Dispnee,	2
13	Curs recapitulativ de tip Team Best Learning	TBL	-	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Material în format electronic disponibil în debutul semestrului de predare

http://www.fizioms.ro/edu/pa/pa_efs_II.html

Bibliografie facultativa:

1. William. D. McArdle. Exercise Physiology. (2014). Wolters Kluwer Health (LWW) (ISBN: 1451193831)
2. Victor. L. Katch. Essentials of Exercise Physiology. (2015). Lippincott Williams & Wilkins (ISBN: 149630909X)
3. Zoladz. A. Jerzy. Muscle and Exercise Physiology. (2019). Academic Press. (ISBN: 9780128145937)

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 1

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Cunoștințe generale de laborator: protecția muncii	Prezentare orală	-	-	2
2	Studiul activității senzitivo senzoriale: Reflexe. Studiul activității motorii: Timp de reacție	Prezentare orală și demonstrații practice	Evaluarea activității motorie prin determinarea reflexelor și al timpului de reacție -Abilități practice	Tulburări afective, Patologii musculare, dezvoltare normală a copilului, oboseală, patologii ale coloanei vertebrale	2
3	Analiza mecanismelor de contracție a musculaturii striate: potențial de acțiune	Prezentare orală și demonstrații practice	Studiul contracției musculaturii striate prin generarea unui potențial de acțiune -Abilități practice	Tulburări afective, Patologii musculare, dezvoltare normală a copilului, oboseală, patologii ale coloanei vertebrale	2
4	Măsurarea forței de contracție a musculaturii striate prin electromiografie: Studiul oboselii	Prezentare orală și demonstrații practice	Măsurarea, evaluarea activitate electrică și extapolarea grafică a gradului de activare al fibrelor musculare sub încărcătură externă -Abilități practice	Patologii musculare, Patologii ale coloanei vertebrale, Managementul durerii, Patologii degenerative ale SNC, Patologii ale nervilor cranieni, Tulburări ale nervilor periferici	2
5	Evaluarea capacității maxime aerobe	Prezentare orală și demonstrații practice	Măsurarea indirectă a capacității aerobe maxime sub exercițiu fizic de tip sub maximal	Particularitățile morfo-funcționale ale sistemului cardio-vascular Fenomene mecanice Adaptările funcționale induse prin exercițiul fizic de tip sub maximal și maximal Adaptările vizibile în repaus și în timpul exercițiului fizic; Consumul maxim de oxigen – curba de efort	2
6	Studiul etapelor ventilației pulmonare: Exercițiu fizic de intensitate sub maximală	Prezentare orală și demonstrații practice	Măsurarea adaptărilor ventilatorii în exercițiu fizic de tip sub maximal – stabilire curbă de efort	Mecanismul ventilației pulmonare Controlul ventilației Rolul exercițiului fizic (sub maximal - maximal) în controlul ventilației pulmonare Ventilația pulmonară și metabolismul energetic: punctul de compensare respirator – curba de efort	2
7	Evaluarea activității practice: evaluare formativă	Evaluare formativă	Evaluare formativă	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Material în format electronic disponibil în debutul semestrului de predare

http://www.fizioms.ro/edu/lp/lp_efs_II_1.html

Bibliografie facultativă:

1. William. D. McArdle. Exercise Physiology. (2014). Wolters Kluwer Health (LWW) (ISBN: 1451193831)
2. Victor. L. Katch. Essentials of Exercise Physiology. (2015). Lippincott Williams & Wilkins (ISBN: 149630909X)
3. Zoladz. A. Jerzy. Muscle and Exercise Physiology. (2019). Academic Press. (ISBN: 9780128145937)

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

Cunoașterea noțiunilor de bază ale fiziologiei spre conducerea corespunzătoare a lecției de Educație Fizică și Sportivă, prin adaptarea conținutului la condițiile și capacitățile funcționale individuale.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Evaluarea cunoștințelor în legătură cu tema discutată	Evaluare formativă – Examen tip grilă – TBL (provizoriu)*	5
- în timpul activității practice	Evaluarea cunoștințelor în legătura cu tema discutată	Evaluare formativă – Test scris de tip redacțional (provizoriu)*	25
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Evaluarea cunoștințelor teoretice acumulate pe parcursul semestrului	Evaluare sumativă - Examen tip grilă/redacțional (provizoriu)*	70
- examen practic final	Evaluarea cunoștințelor practice acumulate pe parcursul semestrului	Evaluare formativă – Examen tip grilă/redacțional/oral (provizoriu)*	0

Standard minim de performanță:

Toate prevederile din tabelul de la punctul 10 precum și toate prevederile de mai jos sunt provizorii. Modalitățile exacte de examinare vor fi stabilite în funcție de situația epidemiologică și de reglementările Conducerii Universității valabile la începutul anului universitar.

Studentii se vor prezenta la lucrările practice la care sunt programați cu o pregătire teoretică adecvată. Studentii vor primi note pentru fiecare lucrare practică. Lucrarea practică se consideră a fi validată dacă studentul primește cel puțin nota 5,00. În cazul în care nota primită de student este sub 5,00, lucrarea se consideră nevalidată și studentul va repeta lucrarea practică conform programului de recuperare a lucrărilor practice. Media aritmetică a notelor primite la lucrările practice va reprezenta 5% din nota finală a studentului. Studentii vor putea să participe la examene doar dacă nu au nici o absență/lucrare nevalidată. Neîndeplinirea obligațiilor profesionale din timpul anului impune repetarea tuturor lucrărilor practice în anul universitar următor. Recuperarea unei lucrări practice (indiferent că este absență sau lucrare nevalidată) se poate efectua pe toată durata unui ciclu de lucrări practice (conform programării), precum și în cadrul recuperărilor programate la sfârșitul modulului, dar nu mai mult de o lucrare/zi, în limita locurilor disponibile în săli și cu acordul cadrului didactic. În conformitate cu Regulamentul Didactic și de Activitate Profesională a Studenților din Ciclul de Licență și Master, existența unei motivări de la Decanat înseamnă doar că studentul are dreptul să recupereze fără plata unei taxe suplimentare. În consecință, pentru toate lucrările practice nemotivate care se recuperează se impune achitarea unei taxe (stabilită de către Senatul universității). Pentru repetarea lucrărilor practice nevalidate de către asistenți nu este necesară plata taxei de recuperare. Recuperarea lucrărilor practice este posibilă doar în timpul modulelor (nu există recuperare în timpul sesiunilor sau vacanțelor).

Evaluarea formativă de la sfârșitul modulului se desfășoară în ultima săptămână a modulului. La această evaluare pot participa doar studenții care nu au nici o absență/lucrare nevalidată la lucrările practice. Această evaluare este parte integrantă a evaluărilor din timpul anului și este eliminativă – dacă nota obținută este sub 5,00, examenul de fiziologie este considerat automat nepromovat. În caz de nepromovare, evaluarea formativă de la sfârșitul modulului se poate repeta în sesiunile de restanțe și reexaminări. Studenții care au absență motivată medical vor putea recupera această evaluare în prima sesiune ordinară. Nota de la evaluarea formativă din ultima săptămână va reprezenta 20% din nota finală.

Evaluarea formativă din timpul anului – Pe parcursul modulului, studenții vor fi evaluați prin TBL. Numărul de examinări TBL este specific fiecărei specializări și va fi comunicat cu ocazia primului curs. Media notelor obținute la examinările TBL va fi luată în considerare la calculul notei finale cu o pondere de 5%. Aceste evaluări nu pot fi repetate în timpul sesiunii. Studenților care absentează li se va recunoaște punctul din oficiu la calculul notei finale.

Evaluarea sumativă finală este un test scris, elaborat în conformitate cu regulamentele și procedurile universității. La această evaluare pot participa doar studenții care au participat la evaluarea formativă de la sfârșitul modulului. Studenții care nu au participat la evaluarea formativă de la sfârșitul modulului nu și-au îndeplinit obligațiile profesionale din timpul anului și nu pot participa la evaluarea sumativă finală. Studenții care au participat la evaluarea formativă de la sfârșitul modulului pot participa la examinarea sumativă finală indiferent dacă au promovat sau nu evaluarea formativă de la sfârșitul modulului. Evaluarea sumativă finală se susține din toată materia, pentru a putea conține întrebări de tip integrativ. Timpul alocat testării, precum și numărul de întrebări și răspunsuri pot varia în funcție de numărul de ore teoretice alocate specializării. Pentru promovarea evaluării finale sumative este necesară obținerea a minim 50% din punctajul maxim al testului. La calculul notei finale evaluarea sumativă finală va avea o pondere de 70%.

Examenul de fiziologie se consideră promovat dacă media finală a tuturor notelor este de cel puțin 5,00.

11. Orar consultații studenți



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Teoria și metodică educației fizice și sportului			
2.2 Titularul activităților de curs: Prof dr Bădău Dana			
2.3 Titularul activităților practice: Asist drd. Popa Andrei			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: C	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 14		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 4		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 12		
- tutorial: 1		
- examinări: 2		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 33		
3.9 Total ore pe semestru: 75		
3.10 Număr de credite: 3		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca condiție specializarea respectivă acadrului didactic. In situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acestuia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
6.2 transversale: CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive
6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general: Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul educației fizice, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice de specialitate.
7.2 Obiective specifice: Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din altele științe Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Tendințe și orientări metodologice în educația fizică și sport	prelegere, discuții, prezentări ppt, prezentări multimedia	-	-	2
2	Tendințe și orientări metodologice în educația fizică și sport	prelegere, discuții, prezentări ppt, prezentări multimedia	-	-	2
3	Lecția de educație fizică. Statutul și rolul specialistului în educație fizică și sport	prelegere, discuții, prezentări ppt, prezentări multimedia	-	-	2
4	Planificarea și evidența în educația fizică	prelegere, discuții, prezentări ppt, prezentări multimedia	-	-	2
5	Proiectarea didactică în educația fizică	prelegere, discuții, prezentări ppt, prezentări multimedia	-	-	2
6	Evaluarea în educația fizică	prelegere, discuții, prezentări ppt, prezentări multimedia	-	-	2
7	Recapitulare	prelegere, discuții, prezentări ppt, prezentări multimedia	-	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau D., Dusa Flaviu – 'Teoria educației fizice și sportului. Teste grila, Note de curs UMF Tigu Mures , 2013

Badau D.– 'Teoria educației fizice și sportului' , Note de curs UMF Tigu Mures , 2012

Ungureanu A – Metodica educației fizice în învățământul prescolar și primar, Edit. Universitaria Craiova, 2011

Hantiu Iacob – Educație fizică și sport. Teorie și metodica. Note de curs. EFFE, Oradea , 2013

Ungureanu-Dobre A – Metodica educației fizice și sportului, Editura Universitaria, 2013

Cataneanu Sergiu Marian, Ungureanu-Dobre Aurora – Educația fizică și sportive școlare, Editura Universitaria, 2016

Savescu Iulian - Educație Fizică Si Sportivă Școlară. Ghid Auxiliar Pentru Clasele Primare, Editura pedagogie metodica, 2011

Tudor Virgil - Măsurare și evaluare în sport, Editura Discobolu, București, 2013

Bibliografie facultativă:

Carstea Gh. – "Teorie și metodica educației fizice și sportului", Edit. Adna, București, 2000

Dragnea A., și colaboratorii – Educație Fizică și Sport - teorie și didactică - Editura FEST, București, 2006

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Elaborarea de proiecte didactice	Explicare, convorbire, aplicații, exerciții	-	-	4

2	Elaborarea unui protocol de densitate motrica in cadrul unei lectii	Explicare, convorbire, aplicatii, exercitii	-	-	4
3	Elaborarea unui protocol de densitate pedagogica si functionala in cadrul unei lectii	Explicare, convorbire, aplicatii, exercitii	-	-	4
4	Elaborarea documentelor de planificare pentru ciclul primar	Explicare, convorbire, aplicatii, exercitii	-	-	4
5	Elaborarea documentelor de planificare pentru ciclul gimnazial	Explicare, convorbire, aplicatii, exercitii	-	-	4
6	Evaluarea la disciplina educatie fizica in ciclul primar si gimnazial	Explicare, convorbire, aplicatii, exercitii	-	-	4
7	Evaluarea la disciplina educatie fizica in ciclul primar si gimnazial	Explicare, convorbire, aplicatii, exercitii	-	-	4

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau D., Dusa Flaviu- 'Teoria educatie fizice si sportului. Teste grila, Note de curs UMF Tigiu Mures , 2013

Badau D.- 'Teoria educatie fizice si sportului' , Note de curs UMF Tigiu Mures , 2012

Ungureanu A – Metodica educatiei fizice in invatamantul prescolar si primar, Edit. Universitaria Craiova, 2011

Hantiu Iacob – Educație fizică și sport. Teorie și metodica. Note de curs. EFFE, Oradea , 2013

Ungureanu-Dobre A – Metodica educatie fizice si sportului, Editura Universitaria, 2013

Cataneanu Sergiu Marian, Ungureanu-Dobre Aurora – Educatia fizica si sportive scolare, Editura

Universitaria,2016

Savescu Iulian - Educație Fizica Si Sportiva Scolara. Ghid Auxiliar Pentru Clasele Primare, Editura

pedagogiemetodica, 2011

Tudor Virgil - Măsurare și evaluare în sport, Editura Discobolu, Bucuresti, 2013

Bibliografie facultativa:

Carstea Gh. – “Teoriei si metodica educatie fizice si sportului”, Edit. Adna, Bucuresti, 2000

Dragnea A., și colaboratorii – Educație Fizică și Sport - teorie și didactică - Editura FEST, București, 2006

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretico- practice educationale prin abordari interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare.

Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	-Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	-Portofoliu, testari grila	20
- în timpul activității practice	Evaluarea cunostiintelor teoretice	Referat	10
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redactional	50
- examen practic final	-Evaluarea cunostiintelor teoretice	Test grila	20
Standard minim de performanță: Nota minima de promovare este 5 atat la evaluarea practica , cat si cea teoretica.			

11. Orar consultații studenți

Prof dr Bădău Dana

Marti 12-14



Fișa disciplinei

an academic: 2021 - 2022

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Evaluare motrică și somato-funcțională			
2.2 Titularul activităților de curs: Prof dr Bădău Adela			
2.3 Titularul activităților practice: Lect.dr. Graur Cristian			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 28		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 20		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 17		
- tutorial: 0		
- examinări: 4		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 69		
3.9 Total ore pe semestru: 125		
3.10 Număr de credite: 5		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice care au mențiunea TMDS, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST, online. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (Blackboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (blackboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației
--

fizice si sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
C5 Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de educație fizică și sport
6.2 transversale:
CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive
CT3 Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională
6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:
Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind evaluarea motrica si somato-functionala in activitățile motrice, reunite într-o disciplină integratoare, teoretico-aplicativă.
7.2 Obiective specifice:
Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale
Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe
Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar si gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Evaluarea motrica - Fundamentele stiintifice ale evaluarii, concept, functiile evaluarii, forme/tipuri de evaluare	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
2	Scopul evaluarii, principiile evaluarii, etape, instrumente	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
3	Antropometrie	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
4	Examen somatometri, evaluarea stării de nutriție	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
5	Teste și baterii de teste utilizate în măsurarea si evaluarea motricității umane- calitățile motrice: forta si viteza	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
6	Teste și baterii de teste utilizate în măsurarea si evaluarea motricității umane- calitățile motrice: rezistenta si echilibru	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
7	Teste și baterii de teste utilizate în măsurarea si evaluarea motricității umane- calitățile motrice: coordonare si suplete	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
8	Evaluarea aparatului locomotor; metode și tehnici de investigare a mersului și a alergării	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
9	EuroFit- Baterie de teste pentru conditia fizica.	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
10	Evaluarea capacitatii functionale cardiovasculare	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
11	Evaluarea capacitatii respiratorii. Evaluarea capacitatii de efort	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
12	Metode și tehnici de evaluare în Educație fizică ciclul primar si gimnazial	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
13	Metode de evaluare specifice probelor sportive (atletism, baschet, fotbal, gimnastică, handbal, etc.)	prelegere + prezentari ppt + materiale multimedia	-	-	2
14	Evaluarea analitică Bilanț articular, Bilanț muscular Evaluarea sensibilității	prelegere + prezentari ppt + materiale	-	-	2

Bibliografie
 Bibliografie obligatorie:
 Badau Adela, Badau Dana - Evaluari cantitative si calitative in activitatile motrice - note de curs, uz intern, 2021, Ed. University Press.
 Neagu Nicoale (2014) - Biometrie umana - vol. I antropometria, Editura University Press Tg. Mures
 Virgil Tudor - Masurarea si evaluarea in sport, Rd. Discipolul, 2013
 Pia Simoan Fagaras, Liliana Elisabeta Radu (2016)- Practical guide for somatometry, Lambert Academic Publishing

Bibliografie facultativa:
 Bădău, Dana (2010), Evaluare motrică și somato-funcțională. Editura Universității 'Transilvania', Brașov.

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Evaluarea măsurătorilor antropometrice	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
2	Evaluarea măsurătorilor somatometrice	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
3	Metode și tehnici de evaluare a mersului	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
4	Teste și baterii de teste utilizate în măsurarea motricității umane- calități motrice	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
5	Teste și baterii de teste utilizate în măsurarea motricității umane- calități motrice	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
6	Metode și tehnici de evaluarea echilibrului	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
7	Bilant articular si muscular	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
8	Teste de psihomotricitate – aplicații;	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
9	Bateria de teste EUROFIT	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
10	Metode de evaluare a fitness-ului cardiovascular	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
11	Metode și mijloace de evaluare a capacității respiratorii (spirometrie)	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
12	Metode si mijloace de evaluare in jocurile sportive	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
13	Metode și tehnici de evaluarea în educație fizică ciclul primar si gimnazial	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2
14	Examen practico-metodic	Explicare, demonstrare, exersare	-	-	2

Bibliografie
 Bibliografie obligatorie:
 Badau Adela, Badau Dana - Evaluari cantitative si calitative in activitatile motrice - note de curs, uz intern, 2021, Ed. University Press.
 Neagu Nicoale (2014) - Biometrie umana - vol. I antropometria , Editura University Press Tg. Mures
 Virgil tudor - Masurarea si evaluarea in sport, Rd. Discipolul , 2013
 Pia Simoan Fagaras, Liliana Elisabeta Radu (2016)- Practical guide for somatometry, Lambert Academic Publishing

Bibliografie facultativa:
 Bădău, Dana (2010), Evaluare motrică și somato-funcțională. Editura Universității 'Transilvania', Brașov.

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico-practice educaționale prin abordări interdisciplinare.
 Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe.
 Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare.
 Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	-Evaluarea cunoștințelor teoretice	-Referat	10
- în timpul activității practice	-Evaluarea activităților practice pe parcurs, va fi în conformitate cu Regulamentul didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5	-Probe practico-metodica	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional/grila - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Test redactional și grila	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5.	Proba practico-metodica	20
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică - obținerea notei minime 5.Evaluarea practica- obținerea notei minime 5			

11. Orar consultații studenți

Prof dr Bădău Adela	Luni 16-18
---------------------	------------



Fișa disciplinei

an academic: 2021 - 2022

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Teoria și practica în sporturi combat (judo și arte marțiale)			
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Țurcanu Florin			
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Țurcanu Florin			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 2	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 14	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 30		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 11		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 10		
- tutorial: 1		
- examinări: 6		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 58		
3.9 Total ore pe semestru: 100		
3.10 Număr de credite: 4		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu.
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă /suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară

C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)
 C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
 C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.

6.2 transversale:

CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
 CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive
 CT3 Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională.

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul sporturilor de contact, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale. Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe. Fundamentarea statutului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar și gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Echipamentul, materialele și noțiuni de igienă în judo.	Prelegere, prezentări ppd, prezentări media.	---	-	2
2	Mișcările de bază în judo (salutul, priza, poziția fundamentală, deplasările).	Prelegere, prezentări ppd, prezentări media.	---	---	2
3	Dezechilibrarea adversarului prin utilizarea rațională a forței.	Prelegere, prezentări ppd, prezentări media.	---	---	2
4	Procedee tehnice din lupta în picioare (1)	Prelegere, prezentări ppd, prezentări media.	---	---	2
5	Procedee tehnice din lupta în picioare (2)	Prelegere, prezentări ppd, prezentări media.	---	---	2
6	Procedee tehnice din lupta la sol.	Prelegere, prezentări ppd, prezentări media.	---	-	2
7	Clasificarea sportivă în sporturi combat.	Prelegere, prezentări ppd, prezentări media.	---	---	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

1. Țurcanu F., Teoria și practica în sporturi combat. Judo-Note de curs, University Press, 2013.

Mihai-Adrian SAVA. Teoria și practica judo-ului. Curs studii de licență, note de curs, COLECTIA Stiinte ale educatie fizice si sportului, Bacau, 2015.

Bibliografie facultativa:

Mircea.I-E - Judo, Teoria si metodica instruirii Edit. „Zigotto” Galați 2006

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Sucesiunea metodică de învățare a dezechilibrării adversarului.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media	---	---	4
2	Sucesiunea metodică de învățare a căderilor.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media	---	---	4
3	Învățarea procedeelelor de luptă în picioare-aruncarea peste șold, secerarea mare, aruncarea peste umăr.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media	---	---	4
4	Învățarea procedeelelor de luptă în picioare-răsturnarea, aruncarea în cerc.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media	---	---	4
5	Învățarea procedeelelor de luptă la sol-immobilizările,	Explicare, exersare,	---	---	4

	fixările.	demonstrare, prezentări media		--	
6	Învățarea procedeele de luptă la sol-tehnica articulară, tehnica ștrangulărilor.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media	-----	-----	4
7	Tehnici de pregătire fizică specifică luptătorilor.	Explicare, exersare, demonstrare, prezentări media	-----	-----	4

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

1. Țurcanu F., Teoria și practica în sporturi combat. Judo-Note de curs, University Press, 2013.

Mihai-Adrian SAVA. Teoria și practica judo-ului. Curs studii de licență, note de curs, COLECTIA Stiinte ale educatie fizice si sportului, Bacau, 2015.

Bibliografie facultativa:

Mircea.I-E - Judo, Teoria si metodica instruirii Edit. „Zigotto” Galați 2006

Chirazi, M., Judo –îndrumar de lucrări practice, Editura Univerității” Al. Ioan Cuza” din Iași, 2016

Pop A.M., Judo. Îndrumar metodic, Editura Fundației România de Măine, București, 2005.

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretico-practice educationale prin abordari interdisciplinare. Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe. Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare. Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Implicare la dezbaterile teoretice, prezentarea unui referat cu tematică dinainte stabilită, prezentare power-point.	prezentare referat	10
- în timpul activității practice	Demonstrarea a cel puțin trei procedee tehnice la alegere (lupta la sol, lupta din picioare)	probe practico-metodice	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redactional.	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Proba practico-metodică.	20
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică - obtinerea notei minime 5.Evaluarea practica- obtinerea notei minime 5.			

11. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Stagiul de pregătire și elaborare a lucrării de licență			
2.2 Titularul activităților de curs: -			
2.3 Titularul activităților practice: Prof dr Bădău Dana			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: C	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 6	3.2 din care curs: 6	3.3 activități practice: 6
3.4 Total ore din planul de învățământ: 42	3.5 din care curs: 0	3.6 activități practice: 42
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 14		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 14		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 3		
- tutorial: 2		
- examinări: 0		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 33		
3.9 Total ore pe semestru: 75		
3.10 Număr de credite: 3		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice vor avea ca condiție specializarea respectivă acadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: -
5.2 a activităților practice: Explicitate în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (blackboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară

C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)
 C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic

6.2 transversale:

CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
 CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Însușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul educației fizice în vederea elaborării lucrării de licență.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de concepere, organizare și desfășurare a cercetării specifice pentru elaborarea lucrării de licență.

interpretare și integrare a

Extinderea cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale

Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe

Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar și gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Studiul bibliografic specific temei de licență	Explicare, dezbateri, prezentări media	-	-	6
2	Elaborarea fundamentării teoretice a lucrării de licență	Explicare, dezbateri, prezentări media	-	-	6
3	Elaborarea ipotezelor, scopurilor și argumentației lucrării de licență	Explicare, dezbateri, prezentări media	-	-	6
4	Organizarea cercetării specifice tematicii lucrării de licență. Stabilirea programului de intervenție experimentală.	Explicare, dezbateri, prezentări media	-	-	6
5	Evaluarea, înregistrarea și prelucrarea statistică a rezultatelor specifice temei lucrării de licență	Explicare, dezbateri, prezentări media	-	-	6
6	Interpretarea rezultatelor cercetării și elaborarea concluziilor generale și specifice	Explicare, dezbateri, prezentări media	-	-	6
7	Prezentarea demersului de cercetare preliminar	Explicare, dezbateri, prezentări media	-	-	6

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Badau D., Dusa Flaviu – 'Teoria educației fizice și sportului. Teste grila, Note de curs UMF Tigu Mures, 2013

Badau D. – 'Teoria educației fizice și sportului', Note de curs UMF Tigu Mures, 2012

Ungureanu A – Metodica educației fizice în învățământul prescolar și primar, Edit. Universitaria Craiova, 2011

Hantiu Iacob – Educație fizică și sport. Teorie și metodica. Note de curs. E.F.F.S., Oradea, 2013

Ungureanu-Dobre A – Metodica educației fizice și sportului, Editura Universitaria, 2013

Cataneanu Sergiu Marian, Ungureanu-Dobre Aurora – Educația fizică și sportive școlare, Editura Universitaria, 2016

Savescu Iulian - Educație Fizică Si Sportivă Școlară. Ghid Auxiliar Pentru Clasele Primare, Editura pedagogiemetodica, 2011

Tudor Virgil - Măsurare și evaluare în sport, Editura Discobolu, București, 2013

Bibliografie facultativă:

Carstea Gh. – "Teoriei și metodica educației fizice și sportului", Edit. Adna, București, 2000

Dragnea A., și colaboratorii – Educație Fizică și Sport - teorie și didactică - Editura FEST, București, 2006

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

Valorificarea teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico-practice educaționale

prin abordari interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare.

Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	-	-	0
- în timpul activității practice	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Referate	30
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Referat draft lucrare de licenta si prezentare power-point	70
- examen practic final	-	-	0
Standard minim de performanță: Nota minima de promovare este 5.			

11. Orar consultații studenți

Prof dr Bădău Dana	Marti 12-14
--------------------	-------------



Fișa disciplinei

an academic: 2021 - 2022

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Metodica predării fotbalului în școală			
2.2 Titularul activităților de curs: Conf dr Țurcanu Florin			
2.3 Titularul activităților practice: Conf. dr. Țurcanu Florin			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 40		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 11		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 10		
- tutorial: 2		
- examinări: 6		
- alte activități: 0		
3.8 Total ore de studiu individual: 69		
3.9 Total ore pe semestru: 125		
3.10 Număr de credite: 5		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice care au mențiunea TMDS, în principiu, vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. În situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acesteia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație
--

fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)
 C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
 C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă.

6.2 transversale:

CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
 CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive.

6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:

Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul jocului de fotbal, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii.

7.2 Obiective specifice:

Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale
 Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe.
 Fundamentarea statutului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Particularitățile morfofuncționale ale elevilor din clasele V-VIII	Prelegere, prezentări ppt, prezentări multimedia	----- -----	----- -----	4
2	Conținutul pregătirii elevilor de clasa a V-a. Mijloace de acționare pentru învățarea elementelor tehnice de bază	Prelegere, prezentări ppt, prezentări multimedia	----- -----	----- -----	4
3	Conținutul pregătirii elevilor de clasa a VI-a. Mijloace de acționare pentru consolidarea elementelor tehnice de bază învățate anterior.	Prelegere, prezentări ppt, prezentări multimedia	----- -----	----- -----	4
4	Conținutul pregătirii elevilor de clasa a VI-a. Mijloace de acționare pentru pregătirea tehnico-tactică.	Prelegere, prezentări ppt, prezentări multimedia	----- -----	----- -----	4
5	Conținutul pregătirii elevilor de clasa a VII-a. Mijloace de acționare pentru consolidarea elementelor tehnice învățate anterior.	Prelegere, prezentări ppt, prezentări multimedia	----- -----	----- -----	4
6	Conținutul pregătirii elevilor de clasa a VII-a. Mijloace de acționare pentru pregătirea tehnico-tactică.	Prelegere, prezentări ppt, prezentări multimedia	----- -----	----- -----	4
7	Conținutul pregătirii elevilor de clasa a VIII-a.	Prelegere, prezentări ppt, prezentări multimedia	----- -----	----- -----	4

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

- Balint, A. Fotbal, Tehnoredactare computerizată: Ing. Maghiari Elena, București, 2000;
- Drăgan, A., Țurcanu, F. Fotbal, teorie și metodică, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
- Țurcanu, F., Drăgan, A., Fotbal - fundamente științifice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
- Țurcanu, F. Fotbal. Fundamente științifice, Note de curs, University Press, 2013.
- Țurcanu F., WAYS TO MANAGE POTENTIAL STATE OF CONFLICT CAUSED BY LACK OF SPORTS SUCCESS AMONG FOOTBALL TEAM PLAYERS, Bulletin of the Transilvania University of Brașov Series IX: Sciences of Human Kinetics • Vol. 9 (58) No. 2 - 2016

Bibliografie facultativa:

- Drăgan, A. Concepte privind aprofundarea pregătirii în fotbal, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012
- Drăgan, A., Ploieșteanu, C. Fotbal, lucrări practico metodice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Metodica învățării deplasărilor de baza în atac și în	Explicare, demonstrare,	----- -----	----- -----	2

	apărare.	exersare, prezentare multimedia		-	
2	Metodica învățării procedeelor tehnice de preluare a mingii cu partea interioară și exterioară a labeli piciorului.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
3	Metodica învățării procedeelor tehnice de preluare a mingii cu șiretul.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
4	Metodica învățării procedeelor tehnice de preluare a mingii cu talpa.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
5	Metodica învățării procedeelor tehnice de preluare a mingii cu gambele.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
6	Metodica învățării procedeelor tehnice de preluare a mingii cu pieptul.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
7	Metodica învățării procedeelor tehnice de preluare a mingii cu capul.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
8	Metodica învățării procedeelor tehnice de protejare și de conducere a mingii.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
9	Metodica învățării procedeelor tehnice de transmitere a mingii lovirea mingii cu piciorul și cu capul.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
10	Metodica învățării formelor de apărare.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
11	Metodica învățării marcajului, deposedării și interceptiei mingii.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
12	Metodica învățării formelor de atac.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
13	Metodica învățării exercițiilor specifice pentru atac.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2
14	Metodica învățării momentelor fixe ale jocului.	Explicare, demonstrare, exersare, prezentare multimedia	-----	-----	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

1. Balint, A. Fotbal, Tehnoredactare computerizată: Ing. Maghiari Elena, București, 2000;
2. Drăgan, A., Țurcanu, F. Fotbal, teorie și metodică, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
3. Țurcanu, F., Drăgan, A., Fotbal - fundamente științifice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2014;
4. Țurcanu, F. Fotbal. Fundamente științifice, Note de curs, University Press, 2013;
5. Țurcanu F., WAYS TO MANAGE POTENTIAL STATE OF CONFLICT CAUSED BY LACK OF SPORTS SUCCESS AMONG FOOTBALL TEAM PLAYERS, Bulletin of the Transilvania University of Brașov Series IX: Sciences of Human Kinetics • Vol. 9 (58) No. 2 - 2016

Bibliografie facultativa:

- Drăgan, A. Concepte privind aprofundarea pregătirii în fotbal, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012
- Drăgan, A., Ploieșteanu, C. Fotbal, lucrări practico metodice, Editura Fundația Universitară Dunărea de Jos, Galați, 2012

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico-practice educaționale prin abordări interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare.

Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Implicare la activitățile de predare, prezentarea unui referat cu temă stabilită anterior cu prezentare power-point.	prezentare referat	10
- în timpul activității practice	Demonstrarea a cel puțin trei procedee tehnice (la alegere)	Probe tehnico-metodice	20
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redactional	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Probă practico-metodică.	20
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică - obtinerea notei minime 5.Evaluarea practica- obtinerea notei minime 5.			

11. Orar consultații studenți

Conf dr Țurcanu Florin	Luni 10-12
------------------------	------------



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Metodica predării handbalului în școală			
2.2 Titularul activităților de curs: Prof dr Bădău Dana			
2.3 Titularul activităților practice: prof.dr. Badau Dana			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 25		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 22		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 14		
- tutorial: 1		
- examinări: 6		
- alte activități: 1		
3.8 Total ore de studiu individual: 69		
3.9 Total ore pe semestru: 125		
3.10 Număr de credite: 5		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: Instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disiplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice care au mențiunea TMDS , în principiu , vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. In situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acestuia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: Explicite în Regulamentul didactic al studenților UMFST. În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale:
C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară
C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială)
C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic
C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă
6.2 transversale:
CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională
CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive
6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general:
Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind handbalul, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii.
7.2 Obiective specifice:
Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale
Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe
Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul primar și gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Noțiuni de regulament și forme de organizare a handbalului pe plan național	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
2	Handbalul – component importanta a educatiei fizice	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
3	Predarea handblului in ciclul primar	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
4	Predarea handblului in ciclul primar	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
5	Predarea handbalulu iin ciclul gimnazial	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
6	Predarea handbalulu iin ciclul gimnazial	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
7	Predarea handbalulu iin ciclul gimnazial	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
8	Predarea handbalulu iin ciclul gimnazial	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
9	Evaluarea in ciclul primar si gimnazial a jocului de handbal	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
10	Evaluarea in ciclul primar si gimnazial a jocului de handbal	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
11	Managementul jocului de handbal in lectiile de educatie fizica	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
12	Managementul jocului de handbal in lectiile de educatie fizica	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
13	Pregatirea echipei reprezentative scolare de handbal	prelegere, prezentari ppt., prezentari media	-	-	2
14	Recapitulare	prelegere, prezentari ppt., prezentari	-	-	2

media	
Bibliografie Bibliografie obligatorie: Catuna G.M, Alupoae M - Handbal, Edit. Fundatiei Roamaniei de maine, bucuresti, 2012 Abalasei B -introducere in antrenamentul jocului de handbal, Edit. Lumen, 2013 Cazan F - Metodica jocurilor sportive - handbal, Edit. Universitaria Craiova, 2018 Igorov Boso M, Hantau C - Fundamente științifice ale jocurilor sportive - Handbal : Curs universitar, Edit. Bren,Bucuresti, 2014 Rizescu C - Didactica handbalului, Edit. Ovidius University press, Constanta, 2013 Badau D. – 'Handbal', Note de curs, uz intern, UMF Targu Mures, 2013	
Bibliografie facultativa: Badau D. – 'Metodica disciplinei sportive – handbal', Edit. Unversitatii Transilvania, Brasov, 2007 Badau D., Paraschiv F – “Jocurile sportive. Teorie si metodica”, Edit. Universitatii Transilvania Brasov 2007	

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Invatarea actiunilor tehnice de baza in atac	Explicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
2	Invatarea actiunilor tehnice de baza in atac	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
3	Invatarea actiunilor tehnice de baza in atac	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
4	Invatarea actiunilor tehnice de baza in aparare	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
5	Invatarea actiunilor tehnice de baza in aparare	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
6	Metodica predarii minihandbalului la clasa a III-a	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
7	Metodica predarii minihandbalului la clasa a IV-a	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
8	Metodica predarii handbalului la clasa a V-a	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
9	Metodica predarii handbalului la clasa a VI-a	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
10	Metodica predarii handbalului la clasa a VII-a	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
11	Metodica predarii handbalului la clasa a VIII-a	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
12	Jocuri dinamice cu specific din handbal	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
13	Jocuri dinamice cu specific din handbal	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2
14	Evaluare practico-metodică	xplicare,demonstrare, exersare, prezentari multimedia	-	-	2

Bibliografie Bibliografie obligatorie: Catuna G.M, Alupoae M - Handbal, Edit. Fundatiei Roamaniei de maine, bucuresti, 2012 Abalasei B -introducere in antrenamentul jocului de handbal, Edit. Lumen, 2013 Cazan F - Metodica jocurilor sportive - handbal, Edit. Universitaria Craiova, 2018 Igorov Boso M, Hantau C - Fundamente științifice ale jocurilor sportive - Handbal : Curs universitar, Edit. Bren,Bucuresti, 2014 Rizescu C - Didactica handbalului, Edit. Ovidius University press, Constanta, 2013 Badau D. – 'Handbal', Note de curs, uz intern, UMF Targu Mures, 2013	
Bibliografie facultativa: Badau D. – 'Metodica disciplinei sportive – handbal', Edit. Unversitatii Transilvania, Brasov, 2007 Badau D., Paraschiv F – “Jocurile sportive. Teorie si metodica”, Edit. Universitatii Transilvania Brasov 2007	

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor si practicilor asimilate in rezolvarea unor situatii teoretico- practice educationale prin abordari interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate in comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialistii domeniului si din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor si practicilor asimilate in conceperea si elaborarea de proiecte educationale si de cercetare specifice educatie fizice si sportului si interdisciplinare.

Consilierea, orientarea si medierea elevilor in vederea integrarii socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	-Evaluare cunostiintelor teoretice specifice disciplinei	-Referate	20
- în timpul activității practice	-Evaluarea deprinderilor practico-metodice	-Test practico-metodic	10
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minima de promovare este 5.	Test redactional	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic si se va nota cu note de la 1-10. Nota minima de promovare este 5.	Proba practico-metodica	20
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică - obtinerea notei minime 5.Evaluarea practica- obtinerea notei minime 5			

11. Orar consultații studenți

Prof dr Bădău Dana	Marti 12-14
--------------------	-------------



1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie 'George Emil Palade' din Târgu Mureș
1.2 Facultatea de: Științe și Litere 'Petru Maior'
1.3 Departamentul: SL2 - Științe sociale și sportive
1.4 Domeniul de studii: Educație fizică și sport
1.5 Ciclul de studii: licență
1.6 Programul de studii: Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei: Metodica predării atletismului în școală			
2.2 Titularul activităților de curs: Lect dr Szabó-Csifó Barna			
2.3 Titularul activităților practice:			
2.4 Anul de studii: II	2.5 Semestrul: 2	2.6 Tipul de evaluare: E	2.7 Regimul disciplinei: Obl

3. Timpul total estimat (ore pe semestru activități didactice)

3.1 Număr de ore pe săptămână: 8	3.2 din care curs: 4	3.3 activități practice: 4
3.4 Total ore din planul de învățământ: 56	3.5 din care curs: 28	3.6 activități practice: 28
3.7 Distribuția fondului de timp pe semestru		
- studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe: 21		
- documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren: 21		
- pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri: 13		
- tutorial: 0		
- examinări: 0		
- alte activități: 14		
3.8 Total ore de studiu individual: 69		
3.9 Total ore pe semestru: 125		
3.10 Număr de credite: 5		

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum: instrumente curriculare (cărți de specialitate, note de curs, caiete și îndrumare de lucrări practice, ghiduri metodologice etc.) Sinteze și selecții bibliografice în specialitatea disciplinei (obligatorii și facultative), Fișa disciplinei, Suporturi digitale, instrumente e-learning și multimedia Link-uri spre open sources în domeniu
4.2 de competențe: Pentru disciplinele teoretico-practice care au mențiunea TMDS , în principiu , vor avea ca precondiție specializarea respectivă a cadrului didactic. In situația în care nu există cadre didactice cu specializarea în disciplina respectivă, ele vor fi predate de cadre didactice care au în foaia matricolă / suplimentul la diplomă promovarea prin examen a disciplinei predate sau echivalentul acestuia. Competențe de predare dobândite în cariera didactică proprie, prin experiența acumulată și prin elaborarea unor instrumente curriculare personale. Toate cadrele didactice, titulare de curs, trebuie să dețină titlul științific de doctor.

5. Condiții de desfășurare

5.1 a cursului: sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a . În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).
5.2 a activităților practice: sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a . În cazul desfășurării activității în sistem online se vor folosi resurse media disponibile ale platformei utilizate (backboard learning).

6. Competențe specifice acumulate

6.1 profesionale: C1 Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară C2 Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) C3 Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calității motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice Educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă
6.2 transversale: CT1 Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive
6.3 program de studiu:

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

7.1 Obiectivul general: Înșușirea noțiunilor și cunoștințelor de bază privind domeniul activităților atletice, reunite într-o disciplină integratoare, practic-aplicativă, care vine să completeze fondul de cunoștințe teoretice acumulate în anii anteriori de studii.
7.2 Obiective specifice: Extinderea posibilităților de interpretare și integrare a cunoștințelor teoretice cu cele practice, operaționale Generalizarea și sinteza, urmate de aplicarea practică, a conceptelor și valorilor teoretice rezultate din alte științe Fundamentarea statului epistemologic al domeniului practicii educației fizice și sportului în ciclul gimnazial.

8.1 Conținutul orelor de curs, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Locul atletismului în învățământul primar și gimnazial	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
2	Curricula școlară, competențe generale, valori și atitudini, structura anului, normative de dotare minimală	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
3	Lecția de educație fizică cu teme de atletism. Metode de instruire în atletism	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
4	Metodica predării probelor de alergări, alergari de fond. startul din picioare	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
5	Metodica predării probelor de alergări, alergari de viteza, startul de jos	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
6	Metodica predării probelor de sărituri	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
7	Metodica predării probelor de săriturii în lungime cu 1 1/2 pași	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
8	Metodica predării probelor de săriturii în înălțime, tehnica pasire	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
9	Metodica predării probelor de aruncări	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
10	Metodica predării probelor de aruncării mingii de oină	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
11	Metodica predării probelor combinate (triathlon, tetralon și pentatlon) atletice școlare	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
12	Planificarea activității de predare în probele atletice	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
13	Analiza prevederilor Sistemului Național Școlar de Evaluare în legătură cu probele atletice școlare, învățământ primar și gimnazial	prelegere + prezentari ppt	-	-	2
14	Recapitularea cunoștințelor	prelegere + prezentari ppt	-	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Burca Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura (2013) - Atletism - Teoria și tehnica probelor, Editura University Press Tirgu Mures

Dragomir P, Iordache T. Ghidul profesorului - Educație fizică și sport, Editura CD PRESS, 2017
 Graur Cristian, Szabó-Csifó Barna (2019) – Tehnici de monitorizare a parametrilor de forță explozivă și viteză specifică în proba de săritură cu prăjina, Editura Risoprint, Cluj Napoca, ISBN: 978-973-53-2436-0, 88 p. Cod CNCSIS 178
 Graur Cristian (2018) – Aspecte ale antrenamentului în proba de săritură cu prăjina, Editura "University Press", Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie din Târgu Mureș ISBN 978-973-169-563-1

Bibliografie facultativa:

Burca Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura (2010) - Atletism 1 - Note de curs, UMF Tirgu Mures Burca Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura (2010) - Atletism 2 Note de curs, UMF Tirgu Mures Burca Ioan (2008) - Identificarea biomecanica a probelor de alergare si trecere peste garduri, Editura Universitatii Transilvania, Brasov
 Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASELE a III-a – a IV-a,
 Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT CLASELE a V-a – a VIII-a,
<https://www.ise.ro/wp-content/uploads/2017/01/Educatie-fizica-si-sport.pdf>, 2017
 Stoica Marius, MDS Atletice. Curs pentru studentii anului I, Editura Bren, 2010

8.2 Conținutul orelor de lucrări, semestrul 2

No	Tema	Metode de predare	Observații	Corelare cu ICS	Nr ore
1	Variante de mers și metodică învățării alergărilor tempo uniform, alergare șerpuită, alergări cu schimbarea direcției	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
2	Metodica alergării de viteză, a startului din picioare, startului de jos	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
3	Metodica învățării alergărilor în turnantă și pe teren variat	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
4	Jocuri atletice pentru învățarea tehnicii alergărilor	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
5	Metodica învățării săriturilor pe loc de pe două picioare și din deplasare	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
6	Metodica învățării tehnicii săriturii în lungime de pe loc	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
7	Metodica săriturii în lungime cu 1/2 pași	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
8	Metodica învățării săriturii în înălțime, cu tehnica foarfecare	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
9	Jocuri atletice pentru învățarea săriturilor	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
10	Metodica învățării tipurilor de aruncare din atletism	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
11	Metodica învățării aruncării mingii de oină	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
12	Jocuri atletice pentru învățarea aruncărilor	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
13	Evaluare practico-metodică	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2
14	Evaluare practico-metodică	Explicare, demonstrare, exersare,	-	-	2

Bibliografie

Bibliografie obligatorie:

Burca Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura (2013) - Atletism - Teoria și tehnica probelor, Editura University Press Tirgu Mures

Dragomir P, Iordache T. Ghidul profesorului - Educație fizică și sport, Editura CD PRESS, 2017

Graur Cristian, Szabó-Csifó Barna (2019) – Tehnici de monitorizare a parametrilor de forță explozivă și viteză specifică în proba de săritură cu prăjina, Editura Risoprint, Cluj Napoca, ISBN: 978-973-53-2436-0, 88 p. Cod CNCSIS 178

Graur Cristian (2018) – Aspecte ale antrenamentului în proba de săritură cu prăjina, Editura "University Press", Universitatea de Medicină, Farmacie, Științe și Tehnologie din Târgu Mureș ISBN 978-973-169-563-1

Bibliografie facultativa:

Burca Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura (2010) - Atletism 1 - Note de curs, UMF Tirgu Mures Burca Ioan, Szabo Barna, Ciulea Laura (2010) - Atletism 2 Note de curs, UMF Tirgu Mures Burca Ioan (2008) - Identificarea biomecanica a probelor de alergare si trecere peste garduri, Editura Universitatii Transilvania, Brasov
 Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ CLASELE a III-a – a IV-a,
 Programa școlară pentru disciplina EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT CLASELE a V-a – a VIII-a,
<https://www.ise.ro/wp-content/uploads/2017/01/Educatie-fizica-si-sport.pdf>, 2017
 Stoica Marius, MDS Atletice. Curs pentru studentii anului I, Editura Bren, 2010

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

Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretico-practice educaționale prin abordări interdisciplinare.

Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe.

Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educaționale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare.

Consilierea, orientarea și medierea elevilor în vederea integrării socio-psiho-pedagogice.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Evaluare pe parcursul semestrului			
- la curs	Evaluare, pe parcurs, examen redactional	Referat din tematica disciplinei	20
- în timpul activității practice	Evaluare practica pe parcurs din tematica disciplinei	Evaluare practico-metodica	10
Evaluare finală			
- examen teoretic final	Examen redactional - rezolvarea de subiecte din tematica disciplinei. Nota minimă de promovare este 5.	Test redactional	50
- examen practic final	Evaluarea activităților practice va fi în conformitate cu Regulamentul didactic și se va nota cu note de la 1-10. Nota minimă de promovare este 5.	Proba practico-metodica	20
Standard minim de performanță: Evaluarea teoretică - obținerea notei minime 5. Evaluarea practica - obținerea notei minime 5			

11. Orar consultații studenți

Lect dr Szabó-Csifó Barna	
---------------------------	--