

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

| | |
|--|---|
| 1.1. Institutia de invatamant superior | Universitatea de Vest din Timisoara |
| 1.2. Facultatea | Facultatea de Educatie Fizica si Sport |
| 1.3. Departamentul | Educatie Fizică și Sportivă |
| 1.4. Domeniul de studii | Știința Sportului și Educației Fizice |
| 1.5. Ramura de știință | Știința sportului și educației fizice |
| 1.6. Ciclul de studii | Licență |
| 1.7. Programul de studii / calificarea | Educatie Fizică și Sportivă - Învățământ cu Frecvență Redusă/ Profesor in invatamantul primar –cod C.O.R 234101, Profesor in invatamantul gimnazial –cod C.O.R 233002 Cercetator in educatie fizica si sport- cod C.O.R. 226909 Asistent de cercetare in educatie fizica si sport- cod C.O.R 226910 Consilier sportiv- cod C.O.R 226911 |

2. Date despre disciplină

| | | | | | | | |
|---|--|----------------|----------|------------------------|----------|--------------------------|---------------|
| 2.1. Denumirea disciplinei | Teoria și metodică Educației Fizice și Sportului | | | | | | |
| 2.2. Titularul activităților de curs | Conf. Univ. dr. Faur Mihaela-Liana | | | | | | |
| 2.3. Titularul activităților de seminar | Conf. Univ. dr. Faur Mihaela-Liana, asist. univ. drd. Arseni Nada | | | | | | |
| 2.4. Anul de studii | 2 | 2.5. Semestrul | 3 | 2.6. Tipul de evaluare | E | 2.7. Regimul disciplinei | DF, DI |

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

| | | | | | |
|---|----------------|--------------------|--|------------------------|------------|
| 3.1. Număr de ore pe săptămână | 2 | din care: 3.2 curs | | 3.3. seminar/laborator | 2 |
| 3.4. Total ore din planul de învățământ | 28 | din care: 3.5 curs | | 3.6. seminar/laborator | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | 112 |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | 60 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren | | | | | 12 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 16 |
| Examinări | | | | | 12 |
| Tutorat | | | | | 12 |
| Alte activități ... | | | | | |
| 3.7. Total ore studiu individual | 112 ore | | | | |
| 3.8. Total ore pe semestru | 140 | | | | |
| 3.9. Număr de credite | 5 | | | | |

4. Precondiții (acolo unde e cazul)

| | |
|--------------------|-----------------|
| 4.1. de curriculum | • Nu este cazul |
| 4.2. de competențe | • Nu este cazul |

5. Condiții (acolo unde e cazul)

| | |
|---|---|
| 5.1. de desfășurarea a cursului | <ul style="list-style-type: none"> Sala de curs dotată cu aparatură audio-video; Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutiilor de frecvență |
| 5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului | <ul style="list-style-type: none"> Sala de seminar dotată cu aparatură audio-video; Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutiilor de frecvență |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|---------------------------------------|---|
| <p>Competențe profesionale</p> | <p>CP.1- Proiectarea modulara si planificarea conținuturilor de baza ale domeniului cu orientare interdisciplinară. CP.2- Organizarea curriculumului integrat si a mediului de instruire si învățare, cu accent interdisciplinar CP.3- Evaluarea clinica primara (funcționala) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. CP.4- Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. CP.5 Utilizarea metodelor si tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică. CP.6- Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului.</p> |
| <p>Competențe transversale</p> | <p>C.T.1- Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. C.T.2- Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea si desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice C.T.3- Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii, potrivit propriului proiect de dezvoltare personală.</p> |

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

| | |
|--|--|
| <p>7.1. Obiectivul general al disciplinei</p> | <p>Cursul are menirea: - de a familiariza studenții cu sistemul noțional al Teoriei Educației Fizice; - de a transmite cunoștințe teoretice și practico-metodice cu privire la practicarea exercițiului fizic în scop profilactic și terapeutic; - de a familiariza studenții cu componentele procesului de învățământ, cu principiile didactice și metodologia instruirii.</p> |
| <p>7.2. Obiectivele specifice</p> | <p>CP 1 <i>O.c.1</i> Să definească și să utilizeze noțiunile specifice Teoriei educației fizice și sportive; <i>O.c.2</i> Să recunoască și să înțeleagă caracteristicile activităților motrice: educație fizică, sport, kinetoterapie; <i>O.c.3</i> Să identifice formele de comunicare umană și să înțeleagă rolul lor în reintegrarea socială <i>O.ab.1</i> Să analizeze și să interpreteze componentele procesului de învățământ în educație fizică/kinetoterapie; <i>O.ab.2</i> Să deducă diferențele dintre activitățile motrice cunoscute <i>O.ab.7</i> Să remarce sensurile principale ale conceptelor de bază ale TEFS <i>O.at.2</i> Formarea capacității si a obișnuinței de practicare sistematică și independentă a exercițiilor fizice în scop igienic și reconfortant; <i>O.at.3</i> Manifestarea inițiativei în susținerea propriilor opinii referitoare la activitățile motrice. CP 2 <i>O.c.4</i> - Să înțeleagă caracterul normativ al procesului de învățământ; <i>O.c.5</i> Să descrie etapele de formare a deprinderilor motrice</p> |

| | |
|--|---|
| | <p><i>O.c.</i> ₆ Să distingă diferențele dintre priceperi și deprinderi</p> <p><i>O.ab.</i> ₂ Să explice metodele de educare a aptitudinilor motrice;</p> <p><i>O.ab.</i> ₆ - Să aplice principiile didactice, ale kinetoterapiei în cadrul diferitelor forme de organizare a activității de educație fizică/kinetoterapie ;</p> <p><i>O.at.</i> ₃ - Manifestarea inițiativei în susținerea propriilor opinii referitoare la activitățile motrice.</p> <p><i>O.at.</i> ₄ Să realizeze pregătire profesională continuă prin studierea literaturii de specialitate, a noilor metode și tehnici folosite în recuperarea pacienților</p> <p>CP 3</p> <p><i>O.c.</i> ₁ Să definească și să utilizeze noțiunile specifice Teoriei educației fizice și sportive;</p> <p><i>O.c.</i> ₇ Să recunoască structura și caracteristicile mișcării</p> <p><i>O.c.</i> ₈ Să stabilească caracteristicile motricității pe diferite etape de vârstă.</p> <p><i>O.c.</i> ₄ - Să înțeleagă caracterul normativ al procesului de învățământ;</p> <p><i>O.ab.</i> ₉ Să explice rolul indicilor morfo-funcționali în dezvoltarea celor care practică exercițiul fizic.</p> <p><i>O.at.</i> ₁ - Implicarea în activități științifice, elaborarea unor articole și studii de specialitate</p> <p>CP 6</p> <p><i>O.c.</i> ₂ - Să recunoască și să înțeleagă caracteristicile activităților motrice;</p> <p><i>O.ab.</i> ₆ Să aplice principiile didactice în cadrul diferitelor forme de organizare a activității de educație fizică;</p> <p><i>O.ab.</i> ₃ - Să deducă diferențele dintre formele de organizare a colectivului de elevi și formele de organizare a exersării;</p> <p><i>O. ab.</i> ₈ Să interpreteze rolul și statutul kinetoterapeutului.</p> <p><i>O.at.</i> ₂ - Formarea capacității si a obișnuinței de practicare sistematică și independentă a exercițiilor fizice în scop igienic și terapeutic;</p> <p><i>O.at.</i> ₄ Să realizeze o pregătire profesională continuă prin studierea literaturii de specialitate, a noilor metode și tehnici folosite în recuperarea pacienților</p> |
|--|---|

8. Conținuturi*

| 8.1. Curs | Metode de predare | Observații |
|---|---|--|
| | | |
| 8.2. Seminar/laborator | Metode de predare | Observații |
| 1. Mișcarea, domeniul de studiu al științei activităților corporale. Motricitatea ca formă de comunicare interumană.(2 ore) | Conversație euristică | Prezentări Power Point Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 1. |
| 2. Structura și caracteristicile mișcării.(2 ore) | Conversație euristică | Prezentări Power Point, Cvintetul Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 1. |
| 3. Finalitățile kinetoterapiei. Modalități de operaționalizare a | Explicația, Conversație euristică, metoda | Prezentări Power Point Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 2. |

| | | |
|--|--|--|
| obiectivelor. (2 ore) | ciorchinelui | |
| 4. Capacitatea motrică – fitness. (4ore) | Brainstorming, | Prezentări Power Point Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 4-5. |
| 5. Învățarea motrică: priceperi deprinderi, obișnuințe(2 ore) | Conversație euristică, metoda ciorchinelui | Prezentări Power Point Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 5-6. |
| 6. Efortul și oboseala; Modalități concrete de dozarea efortului în lecție. (2 ore) | Exersarea, algoritizarea | |
| 7. Realizarea sistemelor de acționare. Metoda lucrului în circuit. Tipuri de circuite. (2 ore) | Exersarea, algoritizarea | Realizarea de sisteme de acționare pentru educarea aptitudinilor motrice și pentru formarea deprinderilor de bază, aplicative, specifice.. |
| 8. Caracteristicile motricității pe diferite etape de vârstă. (2 ore) | Brainstorming, | Prezentări Power Point Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 7. |
| 9. Exemplificarea formelor de organizarea colectivului de elevi: perechea, echipa grupele valorice și a formelor de organizare a exersării: grupală, frontală și individuală.; (2 ore) | Explicația, Demonstrația | Prezentări film - dezbateri |
| 10. Aplicarea principiilor didactice și cele specifice kinetoterapiei în mod concret în diferitele momente ale lecției/ședinței de kinetoterapie . (4ore) | Explicația, Conversație euristică | Prezentări Power Point Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 10. |
| 11. Aplicarea metodelor metodelor specifice kinetoterapiei (4 ore) | Explicația, Demonstrația | Prezentări Power Point Pentru desfășurarea seminarului este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 11. |

Bibliografie

1. Baroga, L. (1984) Educația calităților fizice combinate - București: Sport – Turism
2. Bratu, L. A (1985) Deprinderi motrice de bază – București: Sport – Turism
3. Demeter, A. (1981) Bazele fiziologice și biochimice ale calităților fizice București: Sport – Turism
4. Dragnea, A. (1984) Măsurarea și evaluarea în educație fizică și sport - București: Sport –Turism
5. Sbenge, T. (1987) Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, București, Medicală
6. Scarlat, E., Scarlat, M.B. (2002) Educație Fizică Și Sport, Ed. Didactică Și Pedagogică, Bucureșt

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

Prin studierea aprofundată a conținuturilor oferite de disciplina:Teoria și metodică Educației fizice și Sportului, studenții vor dobândi competențele necesare pentru înțelegerea efectelor exercițiului fizic asupra organismului și necesitatea acumulării de cunoștințe referitoare la practicarea independentă tot timpul vieții.

10. Evaluare

| Tip de activitate | 10.1. Criterii de evaluare | 10.2. Metode de evaluare | 10.3. Pondere din nota finală |
|-------------------|----------------------------|--------------------------|-------------------------------|
|-------------------|----------------------------|--------------------------|-------------------------------|

| | | | | | | | |
|---|---|--|---|------------|--------------|------------|-----------|
| 10.4. Curs | C. privind nivelul de însușire a conținutului cursului | Testarea cunoștințelor de specialitate Examen oral | 70% | | | | |
| | C. bazat pe atitudinea față de disciplină | Observarea curentă | | | | | |
| | Criteriul progresului | Observarea curentă | | | | | |
| 10.5. Seminar/laborator | C. bazat pe aplic. în practică a cunost. pricep. deprinderi | Testarea cunoștințelor de specialitate – test grilă (nota 5) Prezentări Power Point (5 teme) Prezență activă | <table border="0"> <tr> <td>10%</td> <td rowspan="3">} 30%</td> </tr> <tr> <td>15%</td> </tr> <tr> <td>5%</td> </tr> </table> | 10% | } 30% | 15% | 5% |
| 10% | } 30% | | | | | | |
| 15% | | | | | | | |
| 5% | | | | | | | |
| <p>1.6. Standard minim de performanță Cunoașterea în linii mari a problematicii cursului; Identificarea precisă a componentelor procesului de învățământ în educație fizică Identificarea și formularea obiectivelor operaționale. Identificarea și explicarea principiilor didactice aplicate în educație fizică Identificarea precisă a metodelor didactice folosite în lecția de educație fizică. Nota finală: nota examen oral (70% din nota) + nota seminar (30%) Absența la seminar înseamnă absență de la examen Prezentarea și susținerea celor 5 referate (sarcină obligatorie) este o condiție pentru susținerea examenului oral.</p> | | | | | | | |

Data completării
10.09.2019

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Semnătura directorului de departament