

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	ANATOMIE						
2.2 Titularul activităților de curs	Prof. univ.dr. Mihaela ORAVIȚAN						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect.univ.dr. Alexandra STĂNILĂ						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS, DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					94 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					43
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					10
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					10
Examinări					6
Alte activități					10
3.7 Total ore studiu individual	94				
3.8 Total ore pe semestru	150				
3.9 Numărul de credite	6				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• nu e cazul
4.2 de competențe	• nu e cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> ● Cursul se va desfășura în Amfiteatru (fiind un curs comun la cele 3 specializări ale facultății) sau online atunci când nu este posibil fizic; ● Sunt utilizate: videoproiector, programe interactive de anatomie ● Prezența 50% obligatorie
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> ● Sunt utilizate următoarele materiale didactice: mulaje și planșe anatomice, programe interactive de anatomie ● Prezența 100% obligatorie

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> ● de a asigura dobândirea de către studenți a unor noțiuni fundamentale privind anatomia umană, structura microscopică și macroscopică a organismului uman, atât ca întreg, precum și, analitic, pe aparate și sisteme, cu accent pe anatomia aparatului locomotor, având în vedere specificul specializării de la nivelul studiilor universitare de licență. ● să cunoască definiția și terminologia specifică disciplinei; ● să cunoască structura macroscopică și microscopică a diferitelor elemente care compun aparatul locomotor (oase, mușchi, articulații) ● să cunoască metodele prin care își poate completa cunoștințele dobândite la curs;
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> ● să descrie elementele componente ale diferitelor aparate și sisteme ale organismului uman; ● să identifice diferitele structuri anatomice; ● să argumenteze importanța cunoașterii anatomiei organismului uman; ● să identifice elementele componente ale aparatului locomotor; ● să descrie mișcărilor articulare și acțiunile diferitelor grupe musculare; ● să argumenteze importanța cunoașterii anatomiei aparatului locomotor în contextul domeniului în care se specializează; ● să identifice cele mai potrivite metode prin care poate dobândi cunoștințe suplimentare de anatomie; ● să argumenteze necesitatea dezvoltării bagajului de informații referitoare la anatomia organismului în diferite contexte legate de dezvoltarea profesională;
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională.

	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.
--	--

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni generale de anatomie descriptivă: definiție, terminologie, poziția anatomică, planuri anatomice. Regiunile anatomice. Celula, țesuturile.	<ul style="list-style-type: none"> - Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate 	<p>Durata cursului este de 2 ore.</p> <p>La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ce este poziția anatomică? 2. Care sunt principalele planuri de referință în anatomie? 3. Care sunt componentele fundamentale ale celulei? 4. Care sunt organele comune și specifice ale celulelor? 5. Care sunt principalele tipuri de țesuturi? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 3-23; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs1.pdf</p>
Osteologia: definiție, noțiuni elementare. Sistemul osos: prezentare generală a țesutului osos, clasificarea oaselor, vascularizația și inervația oaselor.	<ul style="list-style-type: none"> - Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate 	<p>Durata cursului este de 2 ore.</p> <p>La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cum se clasifică oasele? 2. Care sunt tipurile de țesut osos? 3. Cum sunt ele dispuse în diferitele tipuri de oase?

		<p>4. Cum se face vascularizația oaselor?</p> <p>5. Ce sunt periostul și cartilajul de creștere?</p> <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 24-33; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs2.pdf</p>
<p>Scheletul capului. Scheletul trunchiului: anatomia coloanei vertebrale, a coastelor și a sternului.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate 	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Care sunt cele 2 părți ale craniului? 2. Care sunt regiunile coloanei vertebrale? 3. Care sunt caracteristicile unei vertebre adevărate? 4. Care sunt părțile sternului? 5. Cum sunt clasificate coastele după raportul acestora cu sternul? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 34-55; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs3.pdf</p>
<p>Scheletul membrului superior: centura scapulară (clavicula și omoplatul), humerusul, radiusul și ulna, scheletul mâinii. Scheletul membrului inferior:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, 	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p>

<p>centura pelvină (coxalul), femurul, tibia și peroneul, scheletul piciorului.</p>	<p>a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Care sunt elementele anatomiche ale epifizei proximale a humerusului? 2. Care sunt oasele mâinii? 3. Cu ce oase se articulează coxalul drept? 4. Unde sunt situați condilii femurali? 5. Ce este platoul tibial? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 56-87; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs4.pdf</p>
<p>Artrologia: noțiuni elementare. Articulațiile: definiție, clasificare, structura unei diartroze. Tipurile de mișcări articulare.</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cum se clasifică articulațiile după mobilitate? 2. Ce este o diartroză? 3. Care sunt elementele componente ale unei diartroze? 4. Care sunt elementele de creștere a concordanței articulare? 5. Ce este circumducția? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 88-97; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs5.pdf</p>

<p>Anatomia articulațiilor mari (ale umărului, cotului, șoldului și genunchiului). Prezentarea caracteristicilor anatomice generale ale celorlalte articulații.</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ce mișcări sunt posibile în articulația umărului? 2. Ce sunt ligamentele încrucișate? 3. Ce sunt meniscurile? 4. Ce fel de articulație este cea coxo-femurală? 5. Ce mișcări sunt posibile în articulația cotului? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 98-133; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs6.pdf</p>
<p>Miologia: noțiuni elementare. Mușchii: definiție, clasificare, inervația și vascularizația mușchiului striat scheletic, prezentarea mușchiului ca organ: structura microscopică a fibrei musculare, organizarea mușchiului; anexele mușchilor (fascii, retinacule etc.).</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Care sunt diferențele între mușchii striati și netezi? 2. Care sunt anexele mușchilor? 3. Ce sunt miofibrilele? 4. Cum se clasifică mușchii scheletici? 5. Ce sunt bursele? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 133-144; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini);

<p>Mușchii capului și trunchiului.</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Anatomie_curs7.pdf</p> <p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Câte planuri musculare are regiunea posterioară a trunchiului? 2. Ce acțiune are mușchiul dorsal mare? 3. Unde se inseră mușchiul trapez? 4. Ce acțiune are mușchiul sternocleidomastoidian ? 5. Unde se află mușchii romboizi? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 145-173; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs8.pdf</p>
<p>Mușchii membrelor superioare: ai umărului, brațului, antebrațului și mâinii.</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Care sunt mușchii regiunii anterioare a brațului? 2. Care sunt mușchii care participă la rotația umărului? 3. Câte regiunii musculare are antebrațul și ce acțiuni comune au mușchii fiecărei regiuni? 4. Ce este regiunea tenară și ce mușchi conține? 5. Care sunt mușchii care realizează flexia indexului? <p>Bibliografie:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 174-187; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs9.pdf</p>
<p>Mușchii membrelor inferioare: ai șoldului, coapsei, gambei și piciorului.</p>	<p>- Prezentări ppt Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Care sunt mușchii regiunii posterioare a coapsei? 2. Care sunt mușchii care realizează flexia dorsală a piciorului? 3. Ce acțiune are mușchiul cvadriiceps femural asupra șoldului și asupra genunchiului? 4. Care sunt mușchii care realizează abducția șoldului? 5. Care sunt mușchii care realizează flexia degetelor piciorului? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2003, pag. 188-208; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs10.pdf</p>
<p>Sistemul nervos: structură generală; sistemul nervos central (emisferele cerebrale, diencefalul, trunchiul cerebral, cerebelul, măduva spinării); sistemul nervos periferic: nervii</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p>

<p>cranieni și spinali, plexuri nervoase (structură, ramuri)</p>		<ol style="list-style-type: none"> 1. Din ce organe este format sistemul nervos central? 2. Ce sunt substanța cenușie și albă? 3. Ce sunt nervii spinali? 4. Unde se află cerebelul? 5. Care sunt lobii emisferelor cerebrale? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – organe, aparate și sisteme</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2007, pag.27-57; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs11.pdf</p>
<p>Analizatorii: definiție, structură (segmente); prezentarea anatomiei analizatorilor vizual, cutanat, kinestezic, olfactiv, gustativ.</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Unde se află retina? 2. Ce rol are analizatorul kinestezic? 3. Care sunt cele 3 segmente ale unui analizator? 4. Unse află segmentul periferic al analizatorului vestibular și ce rol are? 5. Care este legătura dintre unii analizatori și anumiți nervi cranieni? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – organe, aparate și sisteme</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2007, pag.85-97; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini);

<p>Anatomia aparatului cardiovascular (inima și vasele sanguine). Circulația sanguină (sistemică și pulmonară). Sângele. Sistemul limfatic (ganglionii limfatici, vasele limfatice, circulația limfatică). Anatomia aparatului respirator: căile respiratorii extra- și intrapulmonare și țesutul pulmonar propriu-zis; prezentarea structurii cavităților nazale, a faringelui, laringelui, traheei, bronhiilor, plămânilor.</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Anatomie_curs12.pdf</p> <p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ce vas mare pleacă din ventriculul stâng? 2. Ce este aorta? 3. Ce este sistemul excitoconductor nodal? 4. Care sunt organele care formează aparatul respirator? 5. Ce este circulația pulmonară? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - Ghid de anatomie – organe, aparate și sisteme, Editura Mirton, Timișoara, 2007, pag. 5-26; - Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); <p>Anatomie_curs13.pdf</p>
<p>Anatomia sistemelor digestiv prezentarea organizării tubului digestiv; structura organelor tubului digestiv (cavitatea bucală, faringe, stomac, intestin subțire și gros) și a glandelor anexe acestuia (glande salivare, ficat, pancreas), endocrin prezentarea structurii generale a unei glande endocrine; prezentarea hipofizei, a glandelor suprarenale, a tiroidei, a paratiroidelor, a pancreasului endocrin, a epifizei și a timusului, excretor (prezentarea structurii microscopice și macroscopice a rinichiului și a căilor urinare: uretere, vezica urinară și uretră) și reproducător (prezentarea aparatului genital feminin și masculin: glande</p>	<p>- Prezentări ppt - Prezentarea interactivă a noțiunilor de anatomie pe viu, a celor de anatomie topografică, a aplicațiilor ulterioare ale noțiunilor predate</p>	<p>Durata cursului este de 2 ore. La sfârșitul cursului studenții vor fi solicitați să răspundă la următoarele întrebări:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Care sunt, în ordine, elementele tubului digestiv? 2. Ce este apendicele vermiform? 3. Care sunt căile urinare? 4. Care sunt glandele sexuale? 5. Unde se află hipofiza? <p>Bibliografie:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Oravițan M. - <i>Ghid de anatomie – organe, aparate și sisteme</i>, Editura Mirton, Timișoara, 2007; pag. 58-97;

sexuale, căile genitale și organele genitale externe).		- Netter F.H. - <i>Atlas de anatomie a omului</i> , Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto, 2008 (pentru imagini); Anatomie_curs14.pdf
<p>Bibliografie</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Diaconescu N., Niculescu V., Rottenberg N. (1988) <i>Ghid de anatomie practică</i>, Editura Facla, Timișoara; 2. Gray H. (2002) <i>Anatomy, descriptive and surgical</i>.1901 Edition, Editura Courage Books, Philadelphia; 3. Ifrim M. (1980) <i>Atlas de anatomie umană</i>, vol. I-III, Editura Medicală, București; 4. Netter F.H. (2008) <i>Atlas de anatomie a omului</i>, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto; 5. Oravițan M. (2003) <i>Ghid de anatomie – aparatul locomotor</i>, Editura Mirton, Timișoara; 6. Oravițan M. (2007) <i>Ghid de anatomie – organe, aparate și sisteme</i>, Editura Mirton, Timișoara; 7. Papillian V. (1996) <i>Anatomia omului</i>, vol. I-II, Editura Medicală, București; 8. Sinelnikov S. I. (1996) <i>Atlas de anatomie</i>, vol. I-III, Editura MediciŃina, Moscova. 		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Poziția anatomică, planurile anatomice; terminologia specifică. Regiunile corpului uman și segmentele acestora.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi. Bibliografia: aferentă cursului 1.
Osteologie – noțiuni generale. Scheletul capului	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi. La începutul laboratorului se va da un test din partea introductivă – T1 (care va fi luat în considerare la nota finală). Bibliografia: aferentă cursului 2.
Scheletul trunchiului.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie

		<p>elementele anatomică predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomică noi.</p> <p>Bibliografia: aferentă cursului 3.</p>
Scheletul membrelor superioare	<p>Explicarea noțiunilor anatomică prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu</p>	<p>Durata laboratorului este de 2 ore.</p> <p>Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomică predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomică noi.</p> <p>Bibliografia: aferentă cursului 4 și Biel A. - <i>Trail Guide to the Body Flashcards Vol 1: Skeletal System, Joints, and Ligaments, Movements of the Body [Cards]</i>, 4 edition, 2010</p>
Scheletul membrelor inferioare	<p>Explicarea noțiunilor anatomică prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu</p>	<p>Durata laboratorului este de 2 ore.</p> <p>Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomică predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomică noi.</p> <p>Bibliografia: aferentă cursului 4 și Biel A. - <i>Trail Guide to the Body Flashcards Vol 1: Skeletal System, Joints, and Ligaments, Movements of the Body [Cards]</i>, 4 edition, 2010</p>
Articulațiile: clasificarea și structura diartrozelor;	<p>Explicarea noțiunilor anatomică prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu</p>	<p>Durata laboratorului este de 2 ore.</p> <p>Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomică predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomică noi.</p>

		<p>La începutul laboratorului se va da un test din osteologie – T2 (care va fi luat în considerare la nota finală).</p> <p>Bibliografia: aferentă cursurilor 5 și Biel A. - <i>Trail Guide to the Body Flashcards Vol 1: Skeletal System, Joints, and Ligaments, Movements of the Body [Cards]</i>, 4 edition, 2010</p>
Anatomia principalelor diartroze.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	<p>Durata laboratorului este de 2 ore.</p> <p>Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi.</p> <p>La începutul laboratorului se va da un test din osteologie – T1(care va fi luat în considerare la nota finală).</p> <p>Bibliografia: aferentă cursurilor 6 și Biel A. - <i>Trail Guide to the Body Flashcards Vol 1: Skeletal System, Joints, and Ligaments, Movements of the Body [Cards]</i>, 4 edition, 2010</p>
Mușchii striati scheletici: mușchii capului și trunchiului.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	<p>Durata laboratorului este de 2 ore.</p> <p>Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi.</p> <p>La începutul laboratorului se va da un test din artrologie – T3 (care va fi luat în considerare la nota finală).</p> <p>Bibliografia: aferentă cursului 8 și Biel A. - <i>Trail Guide to the Body Flashcards Vol 2: Muscles</i></p>

		<i>of the Body [Cards], 4 edition, 2010</i>
Mușchii membrelor superioare	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi. Bibliografia: aferentă cursului 9 și Biel A. - <i>Trail Guide to the Body Flashcards Vol 2: Muscles of the Body [Cards], 4 edition, 2010</i>
Mușchii membrelor inferioare.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi. Bibliografia: aferentă cursului 10 și Biel A. - <i>Trail Guide to the Body Flashcards Vol 2: Muscles of the Body [Cards], 4 edition, 2010</i>
Sistemul nervos central și periferic.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi. La începutul laboratorului se va da un test din miologie –T4 (care va fi luat în considerare la nota finală). Bibliografia: aferentă cursurilor 11.

Analizatorii.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate și să pregătească pentru laboratoarele următoare prezentări ale unor elemente anatomice noi. Bibliografia: aferentă cursului 11.
Aparatul cardio-vascular. Aparatul respirator. Sistemul digestiv, endocrin, excretor, reproducător.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate. Bibliografia: aferentă cursului 13.
Sistemul digestiv, endocrin, excretor, reproducător.	Explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, mulajelor, prezentarea noțiunilor de anatomie topografică pe viu	Durata laboratorului este de 2 ore. Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice și să descrie elementele anatomice predate. La începutul laboratorului se va da un test din aparatele cardio-vascular și respirator– T5 (care va fi luat în considerare la nota finală). Bibliografia: aferentă cursului 14.
<p>Bibliografie</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Netter F.H. (2008) Atlas de anatomie a omului, Ediția a IV-a, Editura Medicală Callisto; 2. Oravițan M. (2003) Ghid de anatomie – aparatul locomotor, Editura Mirton, Timișoara; 3. Oravițan M. (2007) Ghid de anatomie – organe, aparate și sisteme, Editura Mirton, Timișoara; 4. Perry C. și colab. (2004) The Encyclopedic Atlas of the Human Body, Global Book Publishing Pty Ltd; 5. Biel A. (2010) Trail Guide to the Body Flashcards Vol 1: Skeletal System, Joints, and Ligaments, Movements of the Body [Cards], 4 edition; 6. Biel A. (2010) Trail Guide to the Body Flashcards Vol 2: Muscles of the Body [Cards], 4 edition. 		

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

Dobândirea noțiunilor de anatomie este esențială în înțelegerea și cunoașterea ulterioară a funcționării organismului uman, în general, și a motricității umane, în special, fiind un reper important în pregătirea profesională a absolvenților specializării Educație fizică și sport.

9. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Cunoașterea noțiunilor prezentate la curs	Examen scris (E)	50%
10.5 Seminar / laborator	Cunoașterea noțiunilor de anatomie; capacitatea de a identifica pe materialele didactice sau pe viu diferitele elemente anatomice prezentate	Evaluare scrisă (media aritmetică a notelor testelor T1-T5)	25%
	Participarea activă la orele de lucrări practice; pregătirea temelor	Prezentări, dezbateri (P)	25%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> ● Cunoașterea teoretică și practică a noțiunilor de anatomie ale aparatului locomotor; capacitatea de a identifica pe materialele didactice sau pe viu diferitele elemente anatomice prezentate. ● Obținerea la fiecare din cele 5 teste intermediare de pe parcursul semestrului a notei minime 5. ● Evaluarea în sesiunea de restanțe și măririle de notă se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului. 			

Data completării
16 septembrie 2021

Titular de disciplină
Prof.univ.dr. Mihaela ORAVIȚAN

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Institutia de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2. Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3. Departamentul	Kinetoterapie și motricitate specială
1.4. Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5. Ciclul de studii	Licență
1.6. Programul de studii / calificarea*	Kinetoterapie și motricitate specială Fiziokinetoterapeut, Cod COR 226401 Kinetoterapeut, Cod COR 226405 Profesor de cultura fizică medicală, Cod COR 226406

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Box						
2.2. Titularul activităților de curs	-						
2.3. Titularul activităților de seminar	Asist. Univ. Drd. Arnăutu Gabriel						
2.4. Anul de studii	1	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	Vp	2.7. Regimul disciplinei	DC/DF

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					22 ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					-
Tutorat					-
Examinări					2
Alte activități: participarea în calitate de voluntar la organizarea de competiții sportive în care FEFS este organizator/ partener					2
3.7. Total ore studiu individual	22				
3.8. Total ore pe semestru	50				
3.9. Număr de credite	2				

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"> • Nu este cazul.
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Sală de sport utilată cu saci de box; • Mănuși de box și căști de protecție; • Palmare antrenor; • Timer. • Prezență obligatorie pentru cei care au optat pentru disciplină; • Telefoanele pe modul silențios.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> • Deprinderea de a aprofunda tematica de curs și de a accesa informații necesare întocmirii și susținerii de referate.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • Să definească și să utilizeze terminologia educației fizice, dar și cea specific ramurii sportive box; • Prezentarea formelor de organizare și exprimare ale educației fizice; conținutul și scopul acestei activități; • Implicarea în activități științifice, elaborarea unor articole și studii de specialitate; • Să realizeze o continuă îmbunătățire a pregătirii profesionale prin studierea literaturii de specialitate;
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile; • Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor; • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională; • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie; •

7. Conținuturi*

8.1. Curs	Metode de predare	Observații
•		
8.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Noțiuni și reguli de bază aplicabile în disciplina „Box”	Explicarea, demonstrarea, exersarea	2
Poziția de gardă și deplasarea în ring	Explicarea, demonstrarea, exersarea	2
Tehnica loviturilor directe cu ambele brațe și apararea împotriva lor	Explicarea, demonstrarea, exersarea	4

Tehnica loviturilor laterale (croșeele) cu ambele brațe și apărarea împotriva lor	Explicarea, demonstrarea, exersarea	4
Tehnica loviturilor de jos în sus (upercuturile) și apărarea împotriva lor	Explicarea, demonstrarea, exersarea	4
Combinății de procedee tehnice simple (1-2 la cap, 1-2-upercut la corp)	Explicarea, demonstrarea, exersarea	4
Tehnica loviturilor directe și croșee la corp	Explicarea, demonstrarea, exersarea	4
Aplicarea tehnicii învățate în lupta directă cu adversarul	Explicarea, demonstrarea, exersarea	4
Bibliografie		
<ul style="list-style-type: none"> • Almadi, Gh., (2007) Despre boxul și boxerii timișoreni, editura Marineasa, Timișoara • Oliver I., (2004) Boxing fitness, a guide getind fit for fight, editura Snowbooks, Londra • Mărgărit, E., Vârtopeanu, N., C., (2009) Hai să... vorbim despre box!!!, editura Matrix rom, București • Wingle, C. (2011) Boxing science skill book, editura Smashwords, USA 		

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

--

9. Evaluare

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs			
9.5. Seminar/laborator	Prezența la lecții	Numărul de prezențe	20%
	Aplicarea tehnicii dobândite la sac	Examen practic	80%
9.6. Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Minimum 10 prezențe la lecții. 			

Data completării
17.09.2021

Titularului de disciplina

Data avizării în departament

Director de departament

21.09.2021

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Educație pentru sănătate						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. Univ. Dr. Gligor Șerban						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. Univ. Dr. Gligor Șerban						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	C	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	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					22 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					5
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					5
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					2
Examinări					5
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru	28+22=50				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• ANATOMIE
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> ● Prezența la curs este obligatorie 50%; conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență ● Sunt utilizate: videoproiector, prezentări video <ul style="list-style-type: none"> ● Este interzisă folosirea de către studenți a metodelor audio și video de înregistrare ● Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs întrucât aceasta se dovedeste a fi perturbatoare la adresa procesului educațional ● Studenții nu se vor prezenta la cursuri seminarii/laboratoare cu telefoanele mobile deschise. De asemenea, nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale;
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> ● Prezență obligatorie 100%; conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență ● Sunt utilizate: videoproiector, prezentări video ● Nu va fi tolerată întârzierea studenților la seminar/laborator, întrucât aceasta se dovedeste a fi perturbatoare la adresa procesului educațional ● Studenții nu se vor prezenta la seminarii/laboratoare cu telefoanele mobile deschise. De asemenea, nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor ● Prezentarea referatului ● Este interzisă folosirea metodelor audio și video de înregistrare

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	Cursul are menirea de a familiariza studenții cu noțiunile elementare de igienă alimentară, individuală, a echipamentului sportiv și a bazelor sportive, apei și aerului.
Abilități	Să definească și să utilizeze terminologia specifică igienei; Să cunoască principiile unei alimentații sănătoase, necesitățile energetice și nutritive ale organismului, trofinele, precum și elementele de bază legate de toxiinfecțiile alimentare;

	<p>Să cunoască principiile de igienă a echipamentului sportiv și a călirii organismului; Să cunoască principiile de bază ale igienei aerului; Să cunoască principiile de bază legate de igiena apei; Să cunoască principiile de bază ale igienei locuinței și bazelor sportive (sălilor și terenurilor de sport); Să realizeze și să explice un regim igienico-dietetic necesar unor persoane, sănătoase sau bolnave, care efectuează un anumit tip de activitate fizică; Să întrețină corect igiena individuală și a colectivității, a locului de desfășurare a activităților specifice (sală de sport, cabinet de kinetoterapie, etc.) și a locuinței; Implicarea în activități științifice, elaborarea unor articole și studii de specialitate care vor fi prezentate la "Sesiunea de comunicări științifice studențești" sau vor fi publicate în reviste de specialitate; Să realizeze o continuă îmbunătățire a pregătirii profesionale prin studierea literaturii de specialitate; Să manifeste interes pentru aplicarea în practică a unui regim dietetic pentru persoane sănătoase sau cu diverse afecțiuni, care efectuează activități fizice de diferite intensități; Să manifeste interes pentru aplicarea în practică a măsurilor de igienă individuală și a colectivității.</p>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. ● Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. ● Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
Necesitățile nutritive ale omului – alimentația rațională, necesități energetice ale organismului (metabolismul bazal), efectele subalimentației și supraalimentației calorice, necesitățile de trofine și de alimente ale organismului	Prelegere interactivă, prezentare power point	De consultat: 1. Mihele Denisa (2008) - <i>Igiena alimentației – nutriție, dietoterapie și compoziția alimentelor</i> , Ed. Medicală, București, pag. 12-20; 28-40; 59, 65-66 2. Mănescu S. și colab. (1981) – <i>Igiena mediului</i> , Ed. Medicală, București, 305-313; 315-319; 3. Negrișanu Gabriela (2005) – <i>Tratat de nutriție</i> , Ed. Brumar, Timișoara, pag. 23-25; 27-31. 4. Societatea de Nutriție din România Graur Mariana (coord.) (2006) – <i>Ghid pentru alimentația sănătoasă</i> ,

		Ed. Performantica, Iași, www.ms.ro/documente/Ghid1_8318_6022.pdf), pag. 15-27;134-135; 149. 5. Mănescu S. (coord.) (1985) – <i>Tratat de igienă</i> , vol. II, Ed. Medicală, București, pag. 312-315. 3 ore
Patologia alimentară infecțioasă – toxiinfecțiile alimentare, epidemiile de cauză alimentară, toxiinfecția alimentară cu salmonella, cu stafilococ, cu clostridium botulinium, trichineloză, profilaxia toxiinfecțiilor alimentare	Prelegere interactivă, prezentare power point	De consultat: 1.Mihele Denisa (2008) - <i>Igiena alimentației – nutriție, dietoterapie și compoziția alimentelor</i> , Ed. Medicală, București, pag. 469-470; 474-475; 478-479. 2. Mănescu S. și colab. (1981) - <i>Igiena mediului</i> , Ed. Medicală, București, 429-430; 439-442; 461-473. 3.Savu C., Georgescu N. (2004) – <i>Siguranța alimentelor, riscuri și beneficii</i> , Ed. Semne, București, 160-162; 168-170; 200-2002; 213-214. 4. Petrescu Cristina (2003) – <i>Igiena – elemente teoretice și practice</i> , Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara, pag. 163-164. 5. Mănescu S. (coord.) (1985) – <i>Tratat de igienă</i> , vol. II, Ed. Medicală, București, pag. 653-658; 661-664; 666-669. 2 ore
Noțiuni de igienă a echipamentului și încălțăminte; metode fiziologice de determinare a solicitării funcției de termoreglare	Prelegere interactivă, prezentare power point	De consultat: 1.Ciomag Rela-Valentina (2009) – <i>Igiena și sarcinile ei de bază</i> , www.conferinte-defs.ase.ro/2009/PDF/ed%20fizica/04.pdf , pag. 16-19. 2.Messina G., Burgassi S., Russo C., et al. (2015) – <i>Is it possible to sanitize athletes shoes?</i> , Journal of Athletic Training, 50(2):126-132. 2 ore
Noțiuni de igienă a locuinței – amplasarea locuinței, orientarea locuinței, planificarea interioară a locuinței, ambianța termică crescută și scăzută, încălzirea locuinței, vicierea aerului, iluminarea locuinței	Prelegere interactivă, prezentare power point	De consultat: 1.Mănescu S. și colab. (1981) - <i>Igiena mediului</i> , Ed. Medicală, București, 225-244; 2. Petrescu Cristina (2003) – <i>Igiena – elemente teoretice și practice</i> , Ed. Orizonturi universitare, Timișoara, pag. 65-73. 3. Straus H. (coord.) (1980) – <i>Igienă</i> , Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag. 356-374. 2 ore
Noțiuni de igienă a aerului – atmosfera și componentele ei, microflora din atmosferă, criteriile de apreciere a contaminării aerului, măsuri de combatere și profilaxie a contaminării aerului	Prelegere interactivă, prezentare power point	De consultat: 1.Mănescu S. (coord.) (1984) – <i>Tratat de igienă</i> , Vol. I, Ed. Medicală, București: pag. 38-41; 98-101. 2. Mănescu S. și colab. (1981) - <i>Igiena mediului</i> , Ed. Medicală, București, 73-78; 3. Petrescu Cristina (2003) – <i>Igiena – elemente teoretice și practice</i> , Ed. Orizonturi universitare, Timișoara, pag. 13-26. 2 ore
Noțiuni de igienă a apei – utilizarea apei de către om, sursele de apă, proprietățile fizice, chimice și	Prelegere interactivă, prezentare power point	De consultat: 1.Mihele Denisa (2008) - <i>Igiena alimentației – nutriție, dietoterapie și compoziția alimentelor</i> , Ed. Medicală,

<p>bacteriologice ale apei, intoxicația cu nitrați, alimentarea locală și centrală cu apă</p>		<p>București: pag. 256-257; 262-264; 268; 478-479; 481-483. 2. Mănescu S. (coord.) (1984) – <i>Tratat de Igienă</i>, Vol. I, Ed. Medicală, București, pag. 331-334; 350-365; 435-444; 506-507; 566-569; 584-590; 632-634; 667-677. 3. Mănescu S. și colab. (1981) - <i>Igiena mediului</i>, Ed. Medicală, București, 111-114; 123-149. 4. Petrescu Cristina (2003) – <i>Igiena – elemente teoretice și practice</i>, Ed. Orizonturi universitare, Timișoara, pag. 45-48; 154-163. 5. Societatea de Nutriție din România Graur Mariana (coord.) (2006) – <i>Ghid pentru alimentația sănătoasă</i>, Ed. Performantica, Iași, www.ms.ro/documente/Ghid1_8318_6022.pdf, pag. 61-65. 3 ore</p>
<p>Bibliografie :</p> <ol style="list-style-type: none"> Alexandrescu C. (1977) - <i>Igiena educației fizice și sportului</i>, Ed. Sport -Turism, București Barasi ME (2003) – <i>Human nutrition – a health perspective</i>, 2nd Edition, Hodder Arnold, an Hachette UK Company Bordea M., Bordea I. (1989) – <i>Vitaminizarea naturală a organismului și sănătatea</i>, Ed. Sport-Turism, Colecția Vacanță și Sănătate, București Chevallier L. (2009) – <i>Alimentele – adevăr și impostură</i>, Ed. Polirom, Colecția Sănătate, Dietetică, București Doroftei S. și colab. (1997) - <i>Lucrări practice de igienă și ecologie medicală</i>, LITO UMF Timișoara Dumitrescu C. (1987) – <i>Alimentația și efortul fizic</i>, Editura Sport-Turism, Colecția Vacanță și Sănătate, București Mănescu S. și colab. (1981) - <i>Igiena mediului</i>, Ed. Medicală, București Mănescu S. (coord.) (1984) – <i>Tratat de Igienă</i>, vol. I, Ed. Medicală, București Marcus Doina (1973) - <i>Igienă generală cu aplicații în sport</i>, Tipografia Universității din Timișoara Mencinicopschi Gh. (2011) – <i>Biblia alimentară</i>, Ed. Litera, București Messina G., Burgassi S., Russo C., et al. (2015) – <i>Is it possible to sanitize athletes shoes?</i>, Journal of Athletic Training, 50(2):126-132 Mihele Denisa (2008) - <i>Igiena alimentației – nutriție, dietoterapie și compoziția alimentelor</i>, Ed. Medicală, București Mincu Iulian (1978) – <i>Alimentația rațională a omului sănătos</i>, Ed. Medicală, București Mincu Iulian (1982) - <i>Noțiuni elementare de alimentație rațională</i>, Ed. Medicală, București Negrișanu Gabriela (2005) – <i>Tratat de nutriție</i>, Ed. Brumar, Timișoara Petrescu Cristina (2003) – <i>Igiena – elemente teoretice și practice</i>, Ed. Orizonturi universitare, Timișoara Savu C., Georgescu N. (2004) - <i>Siguranța alimentelor – riscuri și beneficii</i>, Ed. Semne, București Societatea de Nutriție din România Graur Mariana (coord.) (2006) – <i>Ghid pentru alimentația sănătoasă</i>, Ed. Performantica, Iași, www.ms.ro/documente/Ghid1_8318_6022.pdf Straus H. (coord.) (1980) – <i>Igienă</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București Vlaicu B. (1998) - <i>Igienă și ecologie medicală</i>, Ed. Eurobit, Timișoara Vâjială G. E. (2000) - <i>Igienă și evaluare biologică</i>, Ed. Fundației România de Măine, București 		
<p>7.2 Seminar / laborator</p>	<p>Metode de predare</p>	<p>Observații</p>
<p>Principii de alimentație fiziologică – trofinele calorigene și necesarul energetic</p>	<p>Prelegere interactivă, prezentare power point;</p>	<p>Prelegere interactivă, susținută de prezentare power point; studenții vor concepe rații alimentare adaptate la tipul de efort fizic și la alte caracteristici individuale. De consultat:</p>

	Studentii vor prezenta referate;	1. Mănescu S. și colab. (1981) – <i>Igiena mediului</i> , Ed. Medicală, București, 305-308; 313-327; 2. Mănescu S. (coord.) (1985) – <i>Tratat de igienă</i> , vol. II, Ed. Medicală, București, pag. 323-338; 341-359. 3. Dumitrescu Constantin (1987) – <i>Bazele practicii alimentației dietetice profilactice și curative</i> , Ed. Medicală, București, pag. 11-47. 4 ore
Vitaminele și necesarul de vitamine; manifestările carenței vitaminice, necesarul optim de vitamine	Prelegere interactivă, prezentare power point; Studentii vor prezenta referate;	De consultat: 1. Mănescu S. și colab. (1981) – <i>Igiena mediului</i> , Ed. Medicală, București, 328-345; 2. Gligor R., Gligor V., Gligor Ș., Nica I. (2013) – <i>Elemente de farmacologie pentru stomatologi</i> , Ed. de Vest, Timișoara: pag. 220-225 3. Negrișanu Gabriela (2005) – <i>Tratat de nutriție</i> , Ed. Brumar, Timișoara, pag. 73-91. 4. Mănescu S. (coord.) (1985) – <i>Tratat de igienă</i> , vol. II, Ed. Medicală, București, pag. 359-403. 5. Dumitrescu Constantin (1987) – <i>Bazele practicii alimentației dietetice profilactice și curative</i> , Ed. Medicală, București, pag. 47-71. 2 ore
Mineralele și necesarul de minerale; manifestările carenței de minerale	Prelegere interactivă, prezentare power point; Studentii vor prezenta referate;	De consultat: 1. Mogoș V.T. (1991) – <i>Sănătatea și substanțele minerale</i> , Ed. Albatros, București: pag. 25-53. 2. Mănescu S. (coord.) (1985) – <i>Tratat de igienă</i> , vol. II, Ed. Medicală, București, pag. 403-424. 3. Negrișanu Gabriela (2005) – <i>Tratat de nutriție</i> , Ed. Brumar, Timișoara, pag. 93-100; 104-109; 115-116. 4. Dumitrescu Constantin (1987) – <i>Bazele practicii alimentației dietetice profilactice și curative</i> , Ed. Medicală, București, pag. 71-100. 1 oră
Igiena bazelor sportive	Prelegere interactivă, prezentare power point; Studentii vor prezenta referate;	De consultat: 1. Mănescu S. și colab. (1981) – <i>Igiena mediului</i> , Ed. Medicală, București, 268-277; 2. Cebanu Sergiu (2010) – <i>Cerințele igienice față de edificiile de cultură fizică și sport și instituțiile cultural-publice</i> , Centrul editorial-poligrafic Medicina, Chișinău, pag. 5-11. 3. Baniș Petru (2003) – <i>Aspecte legate de amenajarea și exploatarea eficientă a unei baze sportive</i> , Analele UVT-Seria EFS, Nr. 5, fascicola 2, noiembrie, pag. 9-22. 3 ore
Igiena bazinelor de înot (acoperite și descoperite); călirea organismului (călirea cu ajutorul aerului)	Prelegere interactivă, prezentare power point; Studentii vor prezenta referate;	De consultat: 1. Cebanu Sergiu (2010) – <i>Cerințele igienice față de edificiile de cultură fizică și sport și instituțiile cultural-publice</i> , Centrul editorial-poligrafic Medicina, Chișinău, pag. 15-16. 2. Domahidi I., Vasiliu G., Neagu L., Prioteasa L. – <i>Ghid pt. supraveghere și monitorizare a calității apei</i>

		<p>de piscine și bazine de înot, Sub egida Ministerului Sănătății și Institutului Național de Sănătate Publică, www.dspjtulcea.ro/downloads/GHID/%20PISCINE-%20BAZINE%20DE%20INOT.pdf, pag.6-16.</p> <p>3. *** - Călirea și beneficiile ei asupra organismului, www.scigroup.com/sanatate/sport/430/CALIREA-SI-BENEFICIILE-EI-ASUP81467.pfp</p> <p>2 ore</p>
Călirea organismului cu ajutorul razelor solare și a apei; Noțiuni generale privind igiena individuală	Prelegere interactivă, prezentare power point; Studenții vor prezenta referate;	<p>De consultat:</p> <p>1. Mănescu S. și colab. (1981) – Igiena mediului, Ed. Medicală, București, 277-278; 281-282.</p> <p>2. Ciomag Rela-Valentina (2009) – <i>Igiena și sarcinile ei de bază</i>, www.conferinte-defs.ase.ro/2009/PDF/ed%20fizica/04.pdf, pag. 16-17.</p> <p>3. InterHealth worldwide – <i>Personal hygiene</i>, www.interhealthworldwide.org/informationSheets/178/Personal%20Hygiene.pdf, pag. 1-5</p> <p>4. Popescu Loti (2010) – <i>Stil de viață sănătos: un ghid de educație pentru sănătate</i>, Ed. Muntenia, Constanța, pag. 9-12.</p> <p>5. *** - Călirea și beneficiile ei asupra organismului, www.scigroup.com/sanatate/sport/430/CALIREA-SI-BENEFICIILE-EI-ASUP81467.pfp</p> <p>2 ore</p>
<p>Bibliografie :</p> <ol style="list-style-type: none"> Alexandrescu C. (1977) - <i>Igiena educației fizice și sportului</i>, Ed. Sport -Turism, București Baniaș Petru (2003) – <i>Aspecte legate de amenajarea și exploatarea eficientă a unei baze sportive</i>, Analele UVT-Seria EFS, Nr. 5, fascicula 2, noiembrie, pag. 9-22 Barasi ME (2003) – <i>Human nutrition – a health perspective</i>, 2nd Edition, Hodder Arnold, an Hachette UK Company Bordea M., Bordea I. (1989) – <i>Vitaminizarea naturală a organismului și sănătatea</i>, Ed. Sport-Turism, Colecția Vacanță și Sănătate, București Cebanu Sergiu (2010) – <i>Cerințele igienice față de edificiile de cultură fizică și sport și instituțiile cultural-publice</i>, Centrul editorial-poligrafic Medicina, Chișinău Chevallier L. (2009) – <i>Alimentele – adevăr și impostură</i>, Ed. Polirom, Colecția Sănătate, Dietetică, București Domahidi I., Vasiliu G., Neagu L., Prioteasa L. – <i>Ghid pt. supraveghere și monitorizare a calității apei de piscine și bazine de înot</i>, Sub egida Ministerului Sănătății și Institutului Național de Sănătate Publică, www.dspjtulcea.ro/downloads/GHID/%20PISCINE-%20BAZINE%20DE%20INOT.pdf Doroftoi S. și colab. (1997) - <i>Lucrări practice de igienă și ecologie medicală</i>, LITO UMF Timișoara Dumitrescu C. (1987) – <i>Alimentația și efortul fizic</i>, Editura Sport-Turism, Colecția Vacanță și Sănătate, București Dumitrescu Constantin (1987) – <i>Bazele practicii alimentației dietetice profilactice și curative</i>, Ed. Medicală, București InterHealth worldwide – <i>Personal hygiene</i>, www.interhealthworldwide.org/informationSheets/178/Personal%20Hygiene.pdf Mănescu S. și colab. (1981) - <i>Igiena mediului</i>, Ed. Medicală, București Marcus Doina (1973) - <i>Igienă generală cu aplicații în sport</i>, Tipografia Universității din Timișoara Mencinicopschi Gh. (2011) – <i>Biblia alimentară</i>, Ed. Litera, București Mihele Denisa (2008) - <i>Igiena alimentației – nutriție, dietoterapie și compoziția alimentelor</i>, Ed. Medicală, București 		

16. Mincu Iulian (1978) – *Alimentația rațională a omului sănătos*, Ed. Medicală, București
17. Mincu Iulian (1982) - *Noțiuni elementare de alimentație rațională*, Ed. Medicală, București
18. Mogoș V.T. (1991) – Sănătatea și substanțele minerale, Ed. Albatros, București
22. Negrișanu Gabriela (2005) – *Tratat de nutriție*, Ed. Brumar, Timișoara
23. Popescu Loti (2010) – *Stil de viață sănătos: un ghid de educație pentru sănătate*, Ed. Muntenia, Constanța
19. Savu C., Georgescu N. (2004) - *Siguranța alimentelor – riscuri și beneficii*, Ed. Semne, București
20. Straus H. (coord.) (1980) – *Igienă*, Ed. Didactică și Pedagogică, București
21. Vlaicu B. (1998) - *Igienă și ecologie medicală*, Ed. Eurobit, Timișoara
22. Vâjială G. E. (2000) - *Igienă și evaluare biologică*, Ed. Fundației România de Măine, București
- *** - *Călirea și beneficiile ei asupra organismului*, www.scigroup.com/sanatate/sport/430/CALIREA-SI-BENEFICIILE-EI-ASUP81467.pfp

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Cunoașterea materialului didactic predat la cursul de specialitate Sarcină obligatorie	Examen scris - test grilă cu răspunsuri multiple pe baza informațiilor prezentate la curs și în bibliografia prezentată în fișa disciplinei;	60%
9.5 Seminar / laborator	Cunoașterea materialului didactic predat la seminarii Sarcină obligatorie	Evaluarea cunoștințelor dobândite la seminar - test grilă cu răspunsuri multiple pe baza informațiilor prezentate la seminarii și în bibliografia prezentată în fișa disciplinei; Evaluarea din materia predată la seminar este eliminativă , fiind susținută înaintea evaluării din materia de curs, iar în cazul nerealizării unei jumătăți din punctaj, se pierde dreptul de a participa la susținerea testului grilă din materia predată la curs (examen scris), iar studentul se va prezenta la următoarea sesiune de examen când va susține testul de	20%

		evaluare a cunoștințelor predate la seminarii la care trebuie să îndeplinească punctajul minim de promovare.	
	Referat - Conținutul, actualitatea informației, numărul surselor bibliografice, prezentarea referatelor Sarcină obligatorie	Elaborarea și prezentarea unui referat de specialitate cu tematică impusă; Termenul predării/prezentării referatului de specialitate este stabilit de titular de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe alte motive decât cele obiectiv întemeiate.	20%
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> ● Participare în proporție de minim 80% la lucrările practice ● Elaborarea și prezentarea unui referat de specialitate cu tematică impusă ● Acumularea unui bagaj minim de cunoștințe privind noțiunile de igienă predate la cursuri și seminarii ● Prezentarea și susținerea referatului (sarcină obligatorie) este o condiție pentru susținerea examenului scris - testul grilă. ● Îndeplinirea criteriului de frecvență la curs și lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examen la testul grilă. ● În cazul în care evaluatorii constată situații în care studentul plagiază, punctajul acordat pentru referat va fi egal cu zero, această situație aducând după sine interzicerea participării la examenul scris, până când nu se predă un nou referat care să respecte regulile de scriere și citare. ● Absența la testul grilă (sarcină obligatorie) înseamnă absență de la examen, indiferent de punctajul total cumulată până în acel moment, cu excepția situațiilor de măriri de notă. 			

Data completării

Titular de disciplină

18.09.2021

Data avizării în departament

Director de departament

21.09.2021

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406,

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Etică, integritate și scriere academică						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Corina Ilin						
2.3 Titularul activităților de seminar	Psih. dr. Alexandru Boncu						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E/C	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					50
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					12
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					2
Examinări					
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru	50				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu videoproiector și ecran de proiecție
-------------------------------	---

5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	Sală de curs dotată cu videoproiector și ecran de proiecție, de preferat cu mobilier modular pentru a facilita lucrul în grupuri mici
--	---

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea teoriilor etice relevante pentru înțelegerea modului în care etica se aplică mediului academic; - explicarea mecanismelor psihice ce stau la baza comportamentelor lipsite de onestitate; - cunoașterea elementelor fundamentale de scriere academică
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> - aplicarea conceptelor etice în intervenții de tip cercetare-acțiune din comeniul eticii academice - utilizarea conceptelor, teoriilor și metodelor specifice specializărilor pentru explicarea fenomenelor asociate conceptelor de etică și integritate academică unui limbaj specific eticii academice
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> - promovarea unei abordări științifice de actualitate în activitățile desfășurate în domeniul eticii academice; - respectarea normelor etice și deontologice; - demonstrarea obiectivității în raționamente și intervenții, rigurozitate științifică și corectitudine științifică.

7. Conținuturi

8.1 Curs/nr. Ore recomandate – cadrele didactice titulare de la fiecare facultate vor redistribui timpul în funcție de structura, numărul și dinamica grupurilor de studenți	Metode de predare	Observații – cadrele didactice titulare de la fiecare facultate vor alege metodele de predare adecvate specializării, structurii, numărului și dinamicii grupurilor de studenți
1. Introducere (2oră) Ce este etica? Ce este integritatea? Mentalitatea academică	Prelegere, exemplificare, conversație	Clarificarea așteptărilor & temerilor studenților și prezentarea tematicii; Stabilirea regulilor de comunicare; <i>Recomandare: Discuție deschisă tip dezbateri despre formele de evaluare cele mai utile și juste – opțional – cadrele didactice pot stabili forma de evaluare în funcție de numărul studenților și politica educațională a facultății – (de</i>

		<i>exemplu - anul I – test de cunoștințe tip grilă)</i>
<p>2. Etica - concepte de bază (2 ore) Moral, imoral, non – moral; Principii, valori și reguli morale; Moralitate, legalitate, religie; Autonomie morală și responsabilitate personală; Specificul argumentării etice și al analizei problemelor etice</p>	Prelegere, exemplificare, Conversație	Lectură recomandată: Socaciu, E., Vică, C., Mihailov, E., Gibea, T., Mureșan, V., Constantinescu, M., <i>etică și integritate academică</i> , București, Editura Universității din București, 2018.
<p>3. Principalele teorii etice și utilitatea lor (2 ore) Etica respectului față de persoane; Etica fericirii generale; Etica vieții virtuozitate; Conflictul între valori</p>	Prelegere, Conversație	Lectură recomandată: Socaciu, E., Vică, C., Mihailov, E., Gibea, T., Mureșan, V., Constantinescu, M., <i>etică și integritate academică</i> , București, Editura Universității din București, 2018.
<p>4. Etică și integritate academică (2 ore) Copiatul și plagiatul De ce copiaza studenții?</p>	Prelegere, Exemplificare/ Analiză -Studii de caz	Lectură recomandată: Șercan, E., (2017). <i>Deontologie academică: ghid practic</i> . București: Editura Universității din București Sandu, D., Vasile, M., Ilinca, C. (2019). <i>Integritatea academică la studenți: sondaj în Universitatea din București</i> . București: Editura Universității din București
<p>5. Etica și integritatea în mediul academic (2 ore) Comportamente imorale în universitate și consecințele lor Reglementări privind etica în universitățile din România</p>	Prelegere, Conversație	Lectură recomandată: <ul style="list-style-type: none"> • Cadrul normativ specific eticii instituționale • Codurile și comisiile de etică: tipologii și roluri
<p>6. Dileme etice (2 ore)</p>	Prelegere, Analiză -Studii de caz	Lectură recomandată: Cathcart, Th., (2014). <i>Dilema. Cum alegem când nu avem de ales</i> . București: Editura Philobia
<p>7. Scriere academică Etica publicării, autorat și coautorat (2 ore)</p>	Prelegere, Analiză -Studii de caz	Lectură recomandată: La alegerea titularului în funcție de specificul specializării
Bibliografie :		

Cathcart, Th., (2014). *Dilema. Cum alegem când nu avem de ales*. București: Editura Philobia

Bretag, T., *Handbook of Academic Integrity*, Singapore, Springer, 2016.

McCabe, D. L., Butterfield K. D., Tresiño, L. K., *Cheating in College: Why Students Do It and What Education Can Do about It*, Baltimore, The Johns Hopkins University Press, 2012.

Fishman T., (ed.), *The Fundamental Values of Academic Integrity*. 2nd edition. International Center for Academic Integrity (ICAI), Clemson (SC), Clemson University, 2017.

Lang, J. M., *Cheating Lessons: Learning from Academic Dishonesty*. Cambridge (MA), Harvard University Press, 2013.

Macrina, F. L., *Scientific Integrity*, Washington DC, ASM Press, 2014.

Sandu, D., Vasile, M., Ilinca, C. (2019). *Integritatea academică la studenți: sondaj în Universitatea din București*. București: Editura Universității din București

Socaciu, E., Vică, C., Mihailov, E., Gibea, T., Mureșan, V., Constantinescu, M., *etică și integritate academică*, București, Editura Universității din București, 2018.

Șercan, E., *Deontologie academică : ghid practic*, București, Editura Universității din București, 2017.

8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații – cadrele didactice titulare de la fiecare facultate vor alege temele, metodele de seminarizare adecvate specializării, structurii, numărului și dinamicii grupurilor de studenți
1. Mentalitatea academică – exemple de bune practice	Dezbateri/PBL/prezentare studii de caz etc.	Fiecare titular va alege metoda interactivă de seminar preferată
2. Discriminare, hărțuire, favoritism, nepotism etc.	Dezbateri/PBL/prezentare studii de caz etc.	Fiecare titular va alege metoda interactivă de seminar preferată
3. Scriere academică	Analiză de text	Consultare de ghiduri și exemple de bune practici
4. Plagiatul	Analiză de text, familiarizare cu programe de tip turnitin	Consultare de ghiduri, metodologii și exemple de bune practici
5. Consimțământul informat și cercetarea pe subiecți umani; Cercetări realizate pe animale	Studii de caz	Consultare de ghiduri, metodologii și exemple de bune practici
6. Codurile etice universitare și profesionale	Club de lectură	Cunoașterea codului de etică din UVT și a codurilor deontologice pentru fiecare specializare
7. Temă la alegerea studenților	dezbateri	

Bibliografie:

Cathcart, Th., (2014). *Dilema. Cum alegem când nu avem de ales*. București: Editura Philobia

Bretag, T., *Handbook of Academic Integrity*, Singapore, Springer, 2016.

McCabe, D. L., Butterfield K. D., Tresiño, L. K., *Cheating in College: Why Students Do It and What Education Can Do about It*, Baltimore, The Johns Hopkins University Press, 2012.

Fishman T., (ed.), *The Fundamental Values of Academic Integrity*. 2nd edition. International Center for Academic Integrity (ICAI), Clemson (SC), Clemson University, 2017.

Lang, J. M., *Cheating Lessons: Learning from Academic Dishonesty*. Cambridge (MA), Harvard University Press, 2013.

Macrina, F. L., *Scientific Integrity*, Washington DC, ASM Press, 2014.

Sandu, D., Vasile, M., Ilinca, C. (2019). *Integritatea academică la studenți: sondaj în Universitatea din București*. București: Editura Universității din București

Socaciu, E., Vică, C., Mihailov, E., Gibea, T., Mureșan, V., Constantinescu, M., *Etică și integritate academică*, București, Editura Universității din București, 2018.

Șercan, E., *Deontologie academică: ghid practic*, București, Editura Universității din București, 2017.

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

Conținutul disciplinei este compatibil cu cel al programelor europene similare.
Pentru comparare, vezi: <https://carfia.unibuc.ro/>

9. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs		Test grilă	50%
10.5 Seminar / laborator		Portofoliu	50%
10.6 Standard minim de performanță			

Data completării
1.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament

Conf. univ. dr. Corina Ilin
Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Departamentul de kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială Fiziokinetoterapeut, Cod COR 226401 Kinetoterapeut, Cod COR 226405 Profesor de cultura fizică medicală, Cod COR 226406

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Filosofie						
2.2 Titularul activităților de curs	lect. dr. Octavian Repolschi						
2.3 Titularul activităților de seminar	lect. dr. Octavian Repolschi						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DC/DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					47ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					14
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					14
Tutoriat					2
Examinări					3
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	47				
3.8 Total ore pe semestru	28+47=75				
3.9 Numărul de credite	3				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Amfiteatru cu videoproiector
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Sală de seminar cu videoproiector

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> • Însușirea noțiunilor și metodelor filosofiei, a trăsăturilor generale ale domeniilor acestora și dobândirea unui spirit critic • cunoașterea semnificației termenului “filosofie” și a domeniilor și temelor principale ale filosofiei • înțelegerea specificului și a metodelor proprii ale filosofiei • cunoașterea și înțelegerea conceptelor filosofice fundamentale din diferite domenii filosofice • Însușirea de către studenți a specificului filosofiei comparativ cu alte discipline, precum și a conceptelor principale din filosofie • Cunoașterea principalelor domenii filosofice și a temelor de investigație filosofică
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • Dezvoltarea spiritului critic prin compararea diferitelor concepții filosofice și prin analiza argumentelor acestor concepții • explicarea și interpretarea problemelor filosofice în cadrul diferitelor paradigme filosofice • identificarea argumentelor specifice unor poziții filosofice • analiza și evaluarea argumentelor specifice unor poziții filosofice • deprinderea abilităților de argumentare și gândire critică • deprinderea abilității de a formula și răspunde la întrebări cu specific filosofic • deprinderea unei atitudini de toleranță față de opinii diferite de cele proprii
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • efectuarea analizei argumentative critice a unui text filosofic în condiții de autonomie restrânsă și asistență calificată

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
Introducere. Accepțiuni ale termenului “filosofie”. Utilitatea studierii filosofiei. Noțiuni de argumentare și gândire critică.	prelegere interactivă, prezentare slide-uri	2h
Noțiuni introductive de metafizică și ontologie. Ființă și existență. Realitate și aparență. Teorii metafizice și politice despre natura umană	prelegere interactivă, prezentare slide-uri	3h
Noțiuni introductive de epistemologie. Conceptul de cunoaștere. Problema surselor cunoașterii. Întemeierea cunoașterii. Conceptul de adevăr. Teorii ale adevărului	prelegere interactivă, prezentare slide-uri	3h

Noțiuni introductive de filosofie a minții. Corpul și mintea. Dualism. Monism. Fizicalism. Funcționalism. Cognitivism.	prelegere interactivă, prezentare slide-uri	2h
Noțiuni introductive de etică. Etică, metaetică și etică aplicată. Utilitarismul. Etica virtuții. Etica datoriei.	prelegere interactivă, prezentare slide-uri	2h
Noțiuni introductive de estetică. Experiența estetică. Judecata estetică. Esența și dimensiunile artei. Scopul artei	prelegere interactivă, prezentare slide-uri	2h
<p>Bibliografie</p> <p>Blackburn, Simon. 2009. <i>Gândește. O introducere convingătoare în filosofie</i>. București: ALL.</p> <p>Bunnin, Nicholas and E.P. Tsui-James. 2003. <i>The Blackwell Companion to Philosophy</i>. Second Edition. Malden: Blackwell Publishing.</p> <p>Clitan, Ghe. și col. 2010. <i>Ghid pentru rezolvarea testelor de verificare a raționamentului logic</i>. București: INM.</p> <p>Craig, Edward. 2002. <i>Philosophy. A very short introduction</i>. Oxford: Oxford University Press.</p> <p>Enescu, Gheorghe. 1998. <i>Tratat de logică</i>. București: Editura Lider.</p> <p>Flonta, Mircea. 2008. <i>Cognitio. O introducere critică în problema cunoașterii</i>. Ediția a doua revăzută și adăugită. București: Editura All.</p> <p>Gale, M. Richard (ed.). 2002. <i>The Blackwell Guide to Metaphysics</i>. Malden: Blackwell Publishing.</p> <p>Gensler, Harry J. 1998. <i>Ethics: A Contemporary Introduction. Routledge Contemporary Introductions to Philosophy</i>. London&New York: Taylor&Francis Routledge.</p> <p>Hersch, Jeanne. 1997. <i>Mirarea filosofică</i>. București: Humanitas.</p> <p>Hugli, Lubke. 2000. <i>Filosofia contemporană</i>. București: ALL.</p> <p>Kivy, Peter (ed.). 2004. <i>The Blackwell Guide to Aesthetics</i>. Malden: Blackwell Publishing.</p> <p>Platon. 1986. <i>Republica</i>. Opere V. București: Editura științifică și enciclopedică.</p> <p>Russell, Bertrand. 1992. <i>Problemele filosofiei</i>. București: ALL.</p> <p>Searle, J. R. 2013. <i>Mintea, Scurtă introducere în filosofia minții</i>. București: Editura Herald.</p> <p>Skorupski, John (ed.). 2010. <i>The Routledge Companion to Ethics</i>. London&New York: Taylor&Francis Routledge.</p> <p>Solcan, M. Radu. 2000. <i>Filosofia minții și știința cogniției</i>. București: Editura Universității.</p>		
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Introducere. Testarea abilităților de gândire critică	discuții, exerciții de analiză argumentativă pe text	2h
Elemente de metafizică și ontologie. Analiza textelor: înțelegere și analiză critică	discuții, exerciții de analiză argumentativă pe text	3h
Elemente de epistemologie și filosofie a minții. Analiza textelor: înțelegere și analiză critică	discuții, exerciții de analiză argumentativă pe text	3h
Elemente de etică. Analiza textelor: înțelegere și analiză critică	discuții, exerciții de analiză argumentativă pe text	2h

Antrenamentul abilităților de gândire critică: gândire analitică și raționament logic	discuții, exerciții de gândire critică: jocuri logice, exerciții de raționament logic și de înțelegerea unui text scris	2h
Evaluare finală seminar. Test	testarea abilităților de gândire critică	2h
Elemente de estetică. Analiza textelor: înțelegere și analiză critică	discuții, exerciții de analiză argumentativă pe text	2h
<p>Bibliografie</p> <p>Blackburn, Simon. 2009. <i>Gândește. O introducere convingătoare în filosofie</i>. București: ALL.</p> <p>Bunnin, Nicholas and E.P. Tsui-James. 2003. <i>The Blackwell Companion to Philosophy</i>. Second Edition. Malden: Blackwell Publishing.</p> <p>Clitan, Ghe. și col. 2010. <i>Ghid pentru rezolvarea testelor de verificare a raționamentului logic</i>. București: INM.</p> <p>Craig, Edward. 2002. <i>Philosophy. A very short introduction</i>. Oxford: Oxford University Press.</p> <p>Enescu, Gheorghe. 1998. <i>Tratat de logică</i>. București: Editura Lider.</p> <p>Flonta, Mircea. 2008. <i>Cognitio. O introducere critică în problema cunoașterii</i>. Ediția a doua revăzută și adăugită. București: Editura All.</p> <p>Gale, M. Richard (ed.). 2002. <i>The Blackwell Guide to Metaphysics</i>. Malden: Blackwell Publishing.</p> <p>Gensler, Harry J. 1998. <i>Ethics: A Contemporary Introduction. Routledge Contemporary Introductions to Philosophy</i>. London&New York: Taylor&Francis Routledge.</p> <p>Hersch, Jeanne. 1997. <i>Mirarea filosofică</i>. București: Humanitas.</p> <p>Hugli, Lubke. 2000. <i>Filosofia contemporană</i>. București: ALL.</p> <p>Kivy, Peter (ed.). 2004. <i>The Blackwell Guide to Aesthetics</i>. Malden: Blackwell Publishing.</p> <p>Platon. 1986. <i>Republica</i>. Opere V. București: Editura științifică și enciclopedică.</p> <p>Russell, Bertrand. 1992. <i>Problemele filosofiei</i>. București: ALL.</p> <p>Searle, J. R. 2013. <i>Mintea, Scurtă introducere în fillosofia minții</i>. București: Editura Herald.</p> <p>Skorupski, John (ed.). 2010. <i>The Routledge Companion to Ethics</i>. London&New York: Taylor&Francis Routledge.</p> <p>Solcan, M. Radu. 2000. <i>Filosofia minții și știința cogniției</i>. București: Editura Universității.</p>		

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

conținuturile disciplinei sunt în proporție de peste 70% asemănătoare cu cele ale universităților europene de excelență

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	înțelegerea specificului și a metodelor proprii ale filosofiei	examen	50%

	cunoașterea și înțelegerea conceptelor filosofice fundamentale din diferite domenii filosofice		
	identificarea argumentelor specifice unor poziții filosofice		
9.5 Seminar / laborator	abilitate de argumenta și de a analiza critic un text filosofic	activitate de seminar	1 0 %
	abilitate de a formula și răspunde la întrebări cu specific filosofic	test scris	4 0 %
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea în linii generale a problemelor fundamentale ale filosofiei • Identificarea structurii argumentative a unei probleme specifice filosofiei 			

Data completării
11.09.2021

Titular de disciplină
lect. dr. Octavian Repolschi

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Gimnastică de bază						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. Univ. Dr. Faur Mihaela-Liana						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect. Univ. dr. Tabără-Amânar Simona						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	1	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	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					69 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					23
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					15
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					15
Tutoriat					5
Examinări					11
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual					69 ore
3.8 Total ore pe semestru					56+69= 125 ore
3.9 Numărul de credite					5

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de curs dotată cu aparatură audio-video; • Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență
-------------------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> • Telefoanele trebuie puse pe modul silențios
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență • Sala de gimnastică dotată cu aparatura necesară pentru desfășurarea activităților practice plus aparatură audio-video. • Telefoanele trebuie puse pe modul silențios

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<p>Cursul are menirea de a familiariza studenții cu mijloacele gimnasticii și de a transmite informații utile cu privire la sarcinile și caracteristicile acestei discipline sportive.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să definească și să utilizeze terminologia gimnasticii; - Să cunoască evoluția fenomenului gimnic; - Să explice caracteristicile și sarcinile gimnasticii; - Să explice necesitatea utilizării acompaniamentului muzical; - Să explice rolul profilactic al exercițiilor de dezvoltarea fizică armonioasă.
Abilități	<p>Cursul urmărește:</p> <ul style="list-style-type: none"> • formarea abilității de a demonstra, selecționa, concepe și preda mijloacele gimnasticii de baza, gimnastică acrobatică și sărituri cuprinse în aria curriculară educație fizică; • formarea și dezvoltarea capacității de organizare și conducere a colectivelor de elevi. • Să conceapă complexe de dezvoltare fizică generală ținând cont de particularitățile de vârstă și diferitele atitudini deficiente. • Să demonstreze și să explice tehnica de execuție a mijloacelor gimnasticii (exercițiile de front și formație, exercițiile aplicativ-utilitare); • Formarea capacității și a obișnuinței de practicare sistematică și independentă a exercițiilor fizice în scop igienic și reconfortant; • Să aplice mijloacele gimnasticii în parcurșuri aplicative • Să manifeste interes pentru formare simțului estetic al mișcării. • Să standardizeze mijloacele pentru însușirea exercițiilor acrobatice statice și dinamice și săriturilor specifice. • Să demonstreze și să explice tehnica de execuție a mijloacelor gimnasticii (exercițiile acrobatice statice și dinamice și săriturile specifice) • Să aprecieze exercițiile create de colegi, concepând grile de notare
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. • Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie.

	<ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.
--	--

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
<p>1. Scurt istoric privind apariția și dezvoltarea gimnasticii pe plan național și mondial; Obiectul teoriei și metodicii gimnasticii formative. (2 ore)</p>	Prelegerea - interactivă	<p>Ce înseamnă gymnos? De ce cuvântul Gimnastică? Care este rolul Greciei în evoluția Gimnasticii? Prezentare ppt. De citit: Kirițescu, C. (1964) <i>Palestrica - O istorie universală a culturii fizice</i>, Ed. Uniunii de cultură fizică și sport, București, pag. 89-111 Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag. 19-33; Gonzi Raicu M., Nicolin M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara, pag. 1-24 Vieru, N. (1997) <i>Manual de gimnastică sportivă</i>, Ed. Driada, București, pag.5-17</p>
<p>2. Sarcinile și caracteristicile gimnasticii. Ramurile gimnasticii. Terminologia gimnasticii. Alcătuirea desenelor în gimnastică (2 ore)</p>	Prelegerea	<p>Gimnastica disciplină sau ramură sportivă? Gimnastica formă de practicare a exercițiului fizic De citit: Gonzi Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara, pag. 25-27, 27-28, 28-29, 83-118 Stroescu A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag. 35-49</p>
<p>3. Mijloacele gimnasticii de bază: Exercițiile de front și formație (2 ore)</p>	Prelegerea - interactivă	<p>De citit: Gonzi Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara, pag.30-44; Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag.51-65</p>
<p>4. Mijloacele gimnasticii de bază: Exercițiile pentru dezvoltarea fizică generală. (2 ore)</p>	Prelegerea - interactivă	<p>De citit: Gonzi Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara, pag.44-65; Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag.67-84 Scarlat, E., Scarlat, M.B. (2011) <i>Tratat de Educație fizică</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag 131-144</p>

<p>5. Mijloacele gimnasticii de bază: exerciții aplicativ-utilitare, exercițiile artistice (2 ore)</p>	<p>Prelegerea, Prelegere-dezbatere</p>	<p>De citit: Gonczy Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara , pag.66-89;90-92 Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică , București, pag.84-104; 230-283 Scarlat, E., Scarlat, M.B. (2011) <i>Tratat de Educație fizică</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag 189-196</p>
<p>6. Asigurarea, ajutorul și auto-asigurarea în lecția de educație fizică; (2 ore)</p>	<p>Prelegerea, Prelegere-dezbatere</p>	<p>De citit: Gonczy Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara , pag.119-128; Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică , București, pag.498-503</p>
<p>7. Importanța acompaniamentului muzical în lecția de educație fizică; (2 ore)</p>	<p>Prelegere</p>	<p>De citit: Gonczy Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara , pag.192-204; Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică , București, pag. 510-521</p>
<p>8 și 9 Bazele tehnicii elementelor acrobatice statice; Aptitudinile motrice implicate în însușirea acestor elemente. (4 ore)</p>	<p>Prelegere interactivă, Prezentări Power Point, animații</p>	<p>De citit: Gonczy Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara , pag.128-143; Vieru, N. (1997) <i>Manual de gimnastică sportivă</i>, Ed. Driada, București, pag.104-110 Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică , București, pag.147-164 Scarlat, E., Scarlat, M.B. (2011) <i>Tratat de Educație fizică</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag. 175-178; pag. 131-144.</p>
<p>10 și 11 Bazele tehnicii elementelor acrobatice dinamice:(4 ore)</p>	<p>Conversația, explicația</p>	<p>Prezentare kinograme realizare cu programul Kinovea De citit: Gonczy Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara , pag.144-156; Vieru, N. (1997) <i>Manual de gimnastică sportivă</i>, Ed. Driada, București, pag.111-128 Stroescu, A. și colab.(1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și Pedagogică , București, pag.164-205 Scarlat, E., Scarlat, M.B. (2011) <i>Tratat de Educație fizică</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, pag. 178-182</p>

12 și 13 Bazele tehnicii săriturilor din gimnastică; (4 ore)	Conversația, explicația	De citit: Goncz Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i> , Mirton, Timișoara , pag.178-184; Vieru, N. (1997) <i>Manual de gimnastică sportivă</i> , Ed. Driada, București, pag.232-238 Stroescu, A. și colab. (1968) <i>Gimnastica</i> , Ed. Didactică și Pedagogică , București, pag. 105-146
14. Piramide, exerciții la aparate speciale. Demonstrații sportive. Cunoștințe teoretice despre arbitrajul în gimnastică (2 ore)	Conversația, explicația	De citit: Stroescu, A. și colab. (1968) <i>Gimnastica</i> , Ed. Didactică și Pedagogică , București, pag. 205-219; 220-229;581-588- http://www.fig-gymnastics.com/site/rules/disciplines/art
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> 1. Băiașu, N.Gh. (coord.) (1972) <i>Gimnastica</i>, Ed. Stadion, București, 2. Băiașu, N.Gh.(coord.) (1984) <i>Gimnastica</i>, Ed. Sport – Turism, București, 3. Bedo, D., Voinea V. (1963) <i>Exerciții cu partener</i>, Ed. C.N.E.F.S., București, 4. Bratu, I. A. (1985) <i>Deprinderi motrice de bază</i>, Ed. Sport - Turism, București, 5. Demeter, A. (1970) <i>Fiziologia educației fizice și sportului</i>, Ed. Stadion, București 6. Donskoi, D. (1973) <i>Biomecanica - Bazele tehnicii sportive</i>, Ed.Stadion, București, 7. Faur, M., Goncz-Raicu, M.(1995) <i>Gimnastica în școală la vârsta de 7-12 ani</i>. Mirton, Timișoara, 8. Goncz Raicu, M., Nicolin, M. (2002) <i>Gimnastica</i>, Mirton, Timișoara 9. Kirișescu, C. (1964) <i>Palestrica</i>, Ed. Uniunii de cultură fizică și sport, București, 10.Ludu, V. (1978) <i>Îndemânarea și metodică dezvoltării ei</i>, București, Stadion 11. Popescu, G. (2007) <i>Metodica disciplinelor sportive gimnice – Gimnastica Acrobatică</i>, Ed. Elisavros,București 12.Scarlat, E., Scarlat, M.B. (2002) <i>Educație fizică și sport</i>, Didactică și Pedagogică, București, 13.Scarlat, E., Scarlat, M.B. (2011) <i>Tratat de Educație fizică</i>, Ed. Didactică și Pedagogică, București, 14.Stroescu, A. (1974) <i>Terminologia gimnasticii</i>. Ed. Stadion, București 15.Stroescu, A și colab. (1968) <i>Gimnastica</i>, Ed. Didactică și pedagogică, București 		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Exerciții de front și formație: poziția corectă a corpului, deplasări, opriri, întoarceri, jocuri de atenție. (2ore)	Explicație, demonstrație	Se lucrează frontal, individual folosind comanda și autocomanda
2. Formații de lucru, pozițiile derivate, exerciții libere pentru dezvoltare fizică armonioasă (exerciții pentru articulația cap-gât, scapulo-humerală, coxo-femurală, talo-crurală). (4 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	Se lucrează frontal cu acompaniament muzical
3. Exerciții pentru dezvoltarea fizică armonioasă cu obiecte portative și cu, la, pe aparate.	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	Studenții sunt puși în situații de a crea exerciții în 8timpuri cu: obiecte: minge, coardă, baston, gantere, elastice; La aparate: bănci, scară fixă

Utilizarea acompaniamentului muzical în lecția de educație fizică pentru complexe de DFA. (4 ore)		Evaluare sumativă – conceperea unui complex DFA de 4 exerciții a câte 8 timpi cu obiect portativ și la, cu, pe bancă.
4. Exerciții aplicative pentru formarea deprinderilor aplicativ-utilitare (târâre, cățărare/escaladare, echilibru, aruncare/prindere, tracțiune/împingere, ridicare/transport de greutate) și pentru educarea aptitudinilor psiho-motrice de bază (2 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Colectivul este organizat pe grupe paralele – se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative, Studenții sunt puși în situații de a crea parcursuri aplicative
5. Ștafete, jocuri motrice, și jocuri folosind exercițiile din gimnastica de bază (2 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea	Selectarea jocurilor pentru educarea aptitudinilor motrice Selecția jocurilor pe categorii de vârstă
6. Sisteme de acționare pentru asigurarea dezvoltării aptitudinilor psiho-motrice necesare însușirii exercițiilor acrobatică. (2 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea, algoritimizarea, circuitul	. Exerciții specifice pentru educarea: echilibrului, orientării în spațiu; Exerciții pentru dezvoltarea flexibilității; Exerciții pentru dezvoltarea forței grupelor mari musculare
7. Tehnica ca însușirii elementelor acrobatică statică (podul, sfoara, stând pe omoplați, cumpăna, stând pe cap, stând pe mâini). (4 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 8 La finalul celor 4 ore se face o evaluare a tehnicii de execuție a elementelor statice
8. Tehnica însușirii elementelor acrobatică dinamice (rulări, rostogoliri, îndreptări, răsturnări). (2 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului 9 La finalul celor 6 ore se face o evaluare a tehnicii de execuție a elementelor dinamice
9. Tehnica săriturilor la ladă, la capra de gimnastică, la trambulina elastică, la trampolină. (2 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/fragmentată, algoritimizarea	Se lucrează pe grupe, paralele, alternative, torent
10. Evaluarea deprinderilor motrice însușite în condiții de concurs (4 ore)	Evaluarea	Se realizează un mini concurs cu două probe: sol și sărituri cu un cod de punctaj personalizat pe grupă.
<p>Bibliografie :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Covaci, N. (1976) <i>Săriturile în gimnastică</i>, Ed. Sport-Turism, București 2. Tudușciuc, I., Bîrlida, V. (1973) <i>Parcursuri de obstacole</i>, ed. Stadion, București 3. Tudușciuc, I. (2001) <i>Gimnastica acrobatică</i>, Ed. Fundației România de Măine, București 4. Tudușciuc, I. (2001) <i>Gimnastica artistică sportivă</i>, Ed. Fundației România de Măine, București 5. Vieru, N. (1997) <i>Manual de gimnastică sportivă</i>, Ed. Driada, București 		

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii strategiilor didactice, titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptări angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

Prin studierea aprofundată a conținuturilor oferite de disciplina gimnastică, studenții vor dobândi abilitățile necesare aplicării ei în condiții variate corelat cu așteptările angajatorilor: Inspectoratul școlar Județean, Instituțiile de învățământ special, asociații profesionale.

9. Evaluare

Tip 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	Observarea curentă	55 %
	C. bazat pe atitudinea față de disciplină	Testarea cunoștințelor de specialitate	
10.5 Seminar / laborator	Criteriul progresului	Observarea curentă	45% : - 35% probele practice; - 10 % - teme, referate, proiecte
	Criteriul performanței	Executarea deprind. motrice în condiții de concurs	

10.6 Standard minim de performanță

Standard minim de performanță

Cunoașterea în linii mari a problematicii cursului;

Identificarea precisă a pozițiilor și mișcărilor segmentelor corpului.

Identificarea precisă a exercițiilor aplicative.

Identificarea precisă a elementelor acrobatice statice și dinamice.

Realizarea unor parcursuri aplicative folosind 5 deprinderi aplicativ-utilitare.

Conceperea unui complex de DFA liber, în 64 timpi;

Realizarea unei linii acrobatice.

Realizarea unei sărituri cu sprijin la alegere din cele însușite

Nota finală: nota examen oral (55% din nota) + nota LP (45%)

Absența la probele practice înseamnă absență de la examen

Prezentarea și susținerea temelor este o condiție pentru susținerea examenului practic

Îndeplinirea criteriului de frecvență la curs și lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examenul practice și la examenul oral.

În cazul în care evaluatorii constată situații în care studentul plagiază, punctajul acordat pentru referat va fi egal cu zero, această situație aducând după sine interzicerea participării la examenul practic până când nu se predă un nou referat care să respecte regulile de scriere și citare.

Evaluarea în sesiunea de restanțe și măririle de notă se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului. Referatul reprezintă o condiție obligatorie de promovare a disciplinei.

Data completării:
16.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament:
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Departamentul de kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială Fiziokinetoterapeut, Cod COR 226401 Kinetoterapeut, Cod COR 226405 Profesor de cultura fizică medicală, Cod COR 226406

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Informatică						
2.2 Titularul activităților de curs	Dr. Marinel Iordan						
2.3 Titularul activităților de seminar	Dr. Marinel Iordan						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DC/ DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					7
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutorat					1
Examinări					2
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru	50				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Rezolvarea unor probleme elementare de organizarea datelor și informațiilor; • Rezolvarea unor probleme elementare de căutare, filtrare și organizare a datelor și informațiilor.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> Echipamente de calcul de tip PC/laptop cu dispozitive audio-video funcționale, acces la internet
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> Echipamente de calcul de tip PC/laptop cu dispozitive audio-video funcționale, acces la internet

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> Formularea nevoilor de informare, căutarea de date, informații și conținut în medii digitale, pentru a le accesa și pentru a naviga între ele Interacționarea și comunicarea în mediul digital utilizând instrumente digitale din platforma Google Workspace (Gcalendar, Gmeet, Gmail) Partajarea datelor, informațiilor și conținutului digital prin platforma Google Workspace Crearea de documente digitale cu conținut interactiv utilizând instrumente digitale din Google Workspace (Gdocs, Gsheets, Gslides)
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> Utilizarea eficientă și responsabilă a platformei Google Workspace pentru comunicare, colaborare, dobândire de cunoștințe Crearea prin colaborare și prezentarea structurată pe teme/subiecte, coerentă și atractivă de conținut digital Identificarea, evaluarea, selectarea și utilizarea instrumentelor digitale din platforma Google Workspace posibile pentru rezolvarea unei anumite teme sau probleme
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> Înțelegerea măsurilor de siguranță și securitate în mediile digitale Capacitatea de a identifica și aplica măsuri eficiente pentru a limita sau contracara impactul comportamentului necorespunzător (propriu sau pe cel al colegilor lor).

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Platforme colaborative pentru instruire online – Google Workspace. Prezentare generală	Expunere și comunicare	Comunicare sincronă prin videoconferință
2. Instrumente de comunicare și colaborare pe platforma Google Workspace.	Expunere și comunicare Studiu de caz	Comunicare sincronă prin videoconferință
3. Învățare și abilități pentru era digitală. Cadrul european: competențe cheie, competențe digitale	Expunere și comunicare	Comunicare sincronă prin videoconferință
4. Navigare, căutare și filtrare date, informații și conținut digital	Expunere și comunicare Studiu de caz	Comunicare sincronă prin videoconferință

5. Evaluarea competențelor digitale într-un scenariu de învățare	Studiu de caz	Comunicare sincronă prin videoconferință
6. Securitate online și cetățenie digitală. Noțiuni de etică în mediul colaborativ	Expunere și comunicare	Comunicare sincronă prin videoconferință
7. Prezentare și comentare studii de caz privind utilizarea instrumentelor colaborative în abilități digitale aplicate	Studiu de caz	Comunicare sincronă prin videoconferință
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Platforma colaborativă e-uvv.ro. Studiu de caz pentru platforma Google Workspace.	Comunicare Studiu de caz	Comunicare sincronă și asincronă
2. Instrumente de comunicare și colaborare pe platforma: Gdrive, Gmail, Calendar, GMeet	Expunere și comunicare	Comunicare sincronă și asincronă
3. Editarea/tehnoredactarea de documente utilizând editorul Google Docs	Învățarea prin descoperire	Comunicare sincronă și asincronă
4. Documente și prezentări Google – instrumente de lucru în activități de cercetare și colaborative: Google Slide	Studiul de caz Învățarea prin descoperire	Comunicare sincronă și asincronă
5. Alegerea temelor pentru proiectul „Totul despre un subiect din KinetoTerapie”	Studiu de caz Metoda proiectelor	Comunicare sincronă și asincronă
6. Foi de calcul și formulare Google – prezentare, descriere utilizare ca abilități digitale aplicate: Google Sheets	Învățarea prin descoperire Studiul de caz	Comunicare sincronă și asincronă
7. Evaluare sumativă – prezentarea proiectului realizat, utilizând instrumentele platformei Google Workspace	Metoda proiectelor	Comunicare sincronă și asincronă
Bibliografie : <ol style="list-style-type: none"> 1. Daniel Popa, Informatică și TIC - Editura INTUITEXT, 2019 2. M. E. Coriteac, D. C. Băican, Informatică și TIC – EDP, 2018 3. https://ec.europa.eu/jrc/en/publication/eur-scientific-and-technical-research-reports/lifecomp-european-framework-personal-social-and-learning-learn-key-competence 4. https://ec.europa.eu/jrc/en/research-topic/learning-and-skills 5. https://www.cmu.edu/teaching/index.html 6. Platforma Google Workspace 7. Resurse de instruire (Google) 8. Resurse pentru dobândirea de abilități digitale (Google) 9. Eroii Internetului 		

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

Conținutul disciplinei este coroborat cu documentul „*European Framework for the Digital Competence of Educators: DgiCompEdu*”. Disciplina are ca obiectiv facilitarea dobândirii de către studenți a competențelor digitale privind informarea și alfabetizarea în medii digitale, comunicarea și colaborarea digitală, utilizarea responsabilă a tehnologiilor digitale.

9. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Nu e cazul		
10.5 Seminar / laborator	Rezolvarea temelor propuse pe parcurs	Evaluare formativă	1/3
	Conținutul proiectului (tematică, actualitate, motivație)	Evaluare sumativă	1/3
	Prezentarea Proiectului (instrumente digitale, competențe și abilități digitale practice)	Proiect	1/3
10.6 Standard minim de performanță			
Nota minimă 5, rezultată din media aritmetică acordată la fiecare dintre cele trei criterii de evaluare.			

Data completării

01.09.2021

Data avizării în departament

17.09.2021

Titular de disciplină

Dr. Marinel Iordan



Director de departament

Conf. Dr. Flavia Micotă



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educație Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Istoria educatiei fizice si sportului						
2.2 Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Puta Tiberiu						
2.3 Titularul activităților de seminar	Asist. univ. drd. Arnautu Gabriel						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DC/DF

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					58 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					10
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					4
Examinări					4
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	58				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Studenții nu se vor prezenta cursuri seminarii/lucrări practice cu telefoanele mobile deschise,, nefiind tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului/lucrărilor practice, • Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și lucrări practice, întrucât aceasta se dovedeste disructivă la adresa procesului educational.
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Termenul predării referatelor este stabilit de titular de comun acord cu studenții nefiind acceptate cererile de amânare ale acestora pe motive altfel decât întemeiate. • De asemenea, pentru predarea cu întârziere a referatelor, vor fi depunctate (1 pct./zi de întârziere).

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei in FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> • Cursul are menirea de a prezenta aspectele de referință ale apariției și dezvoltării educației fizice și sportului în lume și în țara noastră; • Deprinderea de a aprofunda tematica de curs și de a accesa informații necesare întocmirii și susținerii de referate.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • Să definească și să utilizeze terminologia educatiei fizice, dar și a isoriei educației fizice; • Prezentarea formelor de organizare și exprimare ale educației fizice; conținutul și scopul acestei activități; • Implicarea în activități științifice, elaborarea unor articole și studii de specialitate; • Să explice rolul exercițiilor de dezvoltarea fizică armonioasă prin prisma nevoilor sociale în fiecare etapa istorică; • Să realizeze o continuă îmbunătățire a pregătirii profesionale prin studierea literaturii de specialitate;
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile; • Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor; • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională; • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie; • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Obiectul ,izvoarele și metodele de cercetare ale istoriei culturii fizice. (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prin această activitate studenții vor avea parte de o introducere în Istoria Educației fizice și Sportului. Prelegerea va avea un caracter interactiv urmărind să ghideze studenții spre descoperirea informațiilor. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”, I.
2. Practicarea exercițiilor fizice în comuna primitivă. (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prin această activitate studenții vor avea parte de introducere în Istoria Educației fizice și Sportului. Prelegerea va avea un caracter interactiv urmărind să ghideze studenții spre descoperirea informațiilor. Kirițescu, C., (1943),Palestrica, Editura „Bucovina”, I..
3. Exercițiile fizice practicate în perioada antichității la populațiile din Egipt, India, China, Japonia. (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prezentarea evoluției activității fizice la pornind din antichitate până în perioada modernă. Se vor prezenta etapizat formele de practicare a exercițiului fizic în diferite perioade și locații istorice. La finalul acestor lecții stundenții vor avea capacitatea de a distinge și cunoaște noțiuni despre activitățile fizice ale popoarelor. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”, I..
4. Educația fizică în Grecia antică în perioada preelentică și în perioada clasică (concepția greacă despre educație, instituțiile și procesul de educație, gimnastica, orchestrica, agonistica, J.O. antice, etapele înfloririi și declinului educației fizice în Grecia antică.). (4 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prezentarea evoluției activității fizice în Grecia antică Se vor prezenta etapizat formele de practicare a exercițiului fizic în diferite perioade și locații istorice. La finalul acestor lecții stundenții vor avea capacitatea de a distinge și cunoaște noțiuni despre activitățile fizice ale poporului elen..

		Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”, I..
5. Ed. fizică în Roma antică (perioada Republicii și perioada Imperiului).(3ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prezentarea evoluției activității fizice în Roma antică. Se vor prezenta etapizat formele de practicare a exercițiului fizic în diferite perioade și locații istorice. La finalul acestor lecții stundenții vor avea capacitatea de a distinge și cunoaște noțiuni despre activitățile fizice ale poporului roman. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”, I..
6. Educația fizică în Evul Mediu (perioada de început și perioada clasică).(2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Activitățile fizice la popoarele din evul mediu. Prezentarea importanței practicării activității fizice în perioada cavalerismului. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”,
7. Concepția despre educație fizică în perioada Renașterii (umanității),curentul filantropist și reintroducerea educației fizice în șc. (4 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Activitățile fizice în perioada renașterii , a iluminismului, prin introducerea educației fizice în școală.. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”,
8. Sistemele naționale de educație fizică din secolele al XVIII-lea și al XIX-lea: sistemul german, elvețian, german, danez, suedez, englez.(3 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prezentarea apariției și evoluției sistemelor de educație fizică în Europa. Se vor prezenta etapizat formele de practicare ale exercițiului fizic. La finalul acestor lecții stundenții vor avea capacitatea de a distinge și cunoaște noțiuni despre activitățile fizice ale poporului acestor popoare. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”, I..
9. Restaurarea Jocurilor Olimpice modern. Ed. J.O. de vară 1896=2021.(3 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prezentarea apariției iJocurilor Olimpice moderne. Vor fi comunicate date legate de inițiatorul lor, locațiile și anii fiecărei ediții, probele care au constituit programul întrecerilor. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”;

		Chiș, M., (2003) Istoria Educației Fizice și Sportului, Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara.
10. Ex. fizice practicate pe teritoriul țării noastre. (3ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prezentarea evoluției ideii olimpice în România, istoria exercițiilor fizice în țara noastră, cât și participarea României la J.O. moderne. Kirițescu, C., (1943), Palestrica, Editura „Bucovina”; Chiș, M., (2003) Istoria Educației Fizice și Sportului, Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara.
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> Bănățean, O. - Educația fizică și sportul în învățământul superior din România, Revista EFS nr.3, 1970 Chiș, M. Istoria Educației Fizice și Sportului, Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara, 2003 Chiș, M. - Olimpismul antic și modern, Ed. Orizonturi Universitare, Timișoara, 2003 Ciosici, D. - Olimpiada centenarului văzută din interior, Ed. Excelsior, Timișoara, 1996 Ghibu, E. - Locul Institutului de Educație fizică și sport în ansamblul activităților sportive din țara noastră”, Revista EFS nr.11, 1972 Ghibu, E., Todan, I. - Sportul românesc de-a lungul anilor, Ed. Stadion, București, 1970 Goga, I., Vilara, R. - Tokio, olimpiada recordurilor, Ed UCFS, București, 1965 Goga, I. - Olimpiada Montreal 1976, Ed. Sport-Turism, București, 1976 Kirițescu, C. - Palestrica, Ed. UCFS, București, 1964 Mitra, Gh. - Constelația Olimpiadelor, Ed. Sport-Turism, București, 1984 Neța, Gh. - Istoria Educației Fizice și Sportului, Cluj-Napoca, 1992 Postolache, N. - Istoria sportului românesc în date, Ed. Junimea, Iași, 1979 Simionescu, E. - Momente importante în evoluția concepției despre Educația Fizică în România în perioada 1876-1910, Revista EFS nr.2, 1969 Todan, I. - Evoluția formelor organizatorice centrale ale educației fizice și sportului românesc, 1944-1967, Revista EFS nr.3, 1972 Zarmarovsky, V. - Renașterea Olimpiadei, Ed. Sport-Turism, București, 1988 		

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

- În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu, întâlnirea vizând identificarea nevoilor și așteptările angajatorilor din domeniu.
- În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Test grilă Sarcină obligatorie	Test grilă de evaluare a cunoștințelor pe baza informațiilor prezentate la curs și în bibliografia prezentată în fișa disciplinei. (G)	50%
9.5 Seminar / laborator	Prezentarea și susținerea referatului Sarcină obligatorie	Referat: Studenții vor prezenta un referat cu tematică și data susținerii stabilite în prima oră de lucrări practice . Referatul va fi predat în momentul susținerii.(R)	30%
	Test de evaluare a cunoștințelor discutate în cadrul orelor de lucrări practice. Sarcină obligatorie	Evaluare scrisă 3 teste de verificare a cunoștințelor discutate în cadrul orelor de lucrări practice. (T1,T2,T3)	20%
9.6 Standard minim de performanță <ul style="list-style-type: none"> • Absența la testul grilă (sarcină obligatorie) înseamnă absență de la examen, indiferent de punctajul total cumulat până în acel moment, cu excepția situațiilor de măriri de notă. • Prezentarea și susținerea referatului (sarcină obligatorie) este o condiție pentru susținerea examenului scris - testul grilă. • Îndeplinirea criteriului de frecvență la curs și lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examen la testul grilă. • În cazul în care evaluatorii constată situații în care studentul plagiază, punctajul acordat pentru referat va fi egal cu zero, această situație aducând după sine interzicerea participării la examenul scris până când nu se predă un nou referat care să respecte regulile de scriere și citare. În plus, studentul respectiv va fi penalizat cu 2 de puncte din nota finală, penalizarea reportându-se inclusiv în sesiunile ulterioare (de restanță sau de măriri de notă). • Evaluarea în sesiunea de restanțe și măriri de notă se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului. Referatul reprezintă o condiție obligatorie de promovare a disciplinei. 			

Data completării
17.09.2021

Titular de disciplină
Lect.dr. Puta Tiberiu

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Departamentul de kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială Fiziokinetoterapeut, Cod COR 226401 Kinetoterapeut, Cod COR 226405 Profesor de cultura fizică medicală, Cod COR 226406

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Limba engleză						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect.dr. Romanița Jumanca						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DC/ DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					22 Ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					7
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					7
Tutoriat					6
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru	50				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	•
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Acces la internet, laptop/computer, adresă funcțională de email e-uvt și acces la platformele Moodle/ E-learning (https://elearning.e-uvt.ro/) și la Google Classroom & Google Meet • Minime competențe digitale • Studenții sunt rugați: <ul style="list-style-type: none"> ○ să participe activ la activități; ○ să evite comportamente discriminatorii; ○ să răspundă prompt la anunțurile făcute pe email și pe platforma E-learning de către titularii activităților; ○ să dialogheze în mod civilizat; • să nu înregistreze și disemineze materiale video de la curs fără acordul titularilor de activități și al tuturor colegilor

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	Să folosească vocabularul și gramatica limbii engleze la nivel de B2-C2 în mod adecvat în diferite situații de comunicare și de interacțiune orale și scrise.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • să identifice diferențele de structură de comunicare orală și scrisă dintre limba engleză și limba română • să exerseze vocabularul în interacțiuni orale și scrise pe anumite teme • să cunoască colocații și structuri gramaticale folosite în limba engleză la nivel B2-C2 • să își dezvolte capacitatea de organizare și structurare a informației de comunicat • să își dezvolte capacitatea de prezicere a informației (prediction) • să își dezvolte autonomia de învățare (learner autonomy) • să înțeleagă și să utilizeze vocabularul în funcție de diferite câmpuri semantice (familie lexicală) • să aibă o atitudine pozitivă față de operarea cu un sistem diferit de valori de comunicare • să se conformeze normelor de utilizare standard a conținuturilor în funcție de contextele întâlnite; • să înțeleagă și să utilizeze vocabularul în funcție de diferite câmpuri semantice (familie lexicală)
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • să își dezvolte autonomia de învățare (learner autonomy) • să colaboreze eficient în cadrul echipelor/ grupurilor de lucru • să le ofere feedback constructiv colegilor • să își cultive ideea de parteneriat în conversație

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
Bibliografie :		
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Timpuri verbale: Exprimarea prezentului (Present times/ Present Simple/ Present Continuous/ State verbs/ Dynamic verbs)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i> . Oxford: Macmillan
2. Timpuri verbale: Exprimarea viitorului (Will/ going to/ Present Continuous)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i> . Oxford: Macmillan
3. Exprimarea viitorului (Future Perfect/ Future Continuous)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic)

		<p>Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i>. Oxford: Macmillan</p>
4. Testare pe parcurs Exprimarea trecutului (Past Simple/ Past Continuous)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	<p>Utilizare handouts (format electronic)</p> <p>Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i>. Oxford: Macmillan</p>
5. Exprimarea trecutului (Past Perfect Simple/ Continuous)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	<p>Utilizare handouts (format electronic)</p> <p>Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i>. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i>.</p>

		Cambridge: Cambridge University Press. Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i> . Oxford: Macmillan
6. Exprimarea trecutului (Present Perfect Simple/ Continuous/ Past Simple)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i> . Oxford: Macmillan
7. Propoziția condițională (real situations/ hypothetical situations)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i> . Oxford: Macmillan
8. Exprimarea condiției (if only/ unless/ supposing etc)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary</i>

		<p><i>Exercises.</i> Cambridge: Cambridge University Press. Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use.</i> Cambridge: Cambridge University Press. Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use.</i> Cambridge: Cambridge University Press. Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice.</i> Oxford: Macmillan</p>
<p>Bibliografie (pusă la dispoziție de titularul de curs)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises.</i> Cambridge: Cambridge University Press. • Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use.</i> Cambridge: Cambridge University Press. • Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use.</i> Cambridge: Cambridge University Press. • Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice.</i> Oxford: Macmillan. • Vince, Michael. 2019. <i>English Grammar and Vocabulary.</i> • Mann, Malcolm. 2018. <i>Destination B2. Grammar and Vocabulary.</i> • Foley, Mark, D. Hall. 2014. <i>MyGrammarLab. Advanced C 1/C2</i> • McCarthy, Michael, O'Dell, Felicity. 2002. <i>English Idioms in Use. Advanced.</i> Cambridge : Cambridge University Press. • McCarthy, Michael, O'Dell, Felicity. 2002. <i>English Vocabulary in Use. Advanced.</i> Cambridge : Cambridge University Press. 		

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

La finalul cursului, studenții vor stăpâni un set de deprinderi de comunicare orală și scrisă în limba engleză, de utilizare a gramaticii și vocabularului limbii engleze, de gândire independentă care îi vor pregăti pentru activitatea în cadrul celorlalte cursuri de la nivel universitar și pentru elaborarea lucrărilor de seminar, dar și pentru viitoarea activitate profesională.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs			
9.5 Seminar / laborator	Notare în sistem de la 1 la 10	Evaluare sumativă: examen scris/portofoliu	90 puncte
	Activitate pe parcurs	Participarea activă la numărul minim de seminarii prevăzut de regulament.	10 puncte

9.6 Standard minim de performanță

Se acordă nota 10 pentru acumularea a 100 de puncte, dintre care
- 10 puncte participarea activă la minimul de cursuri și seminarii prevăzut de regulament.
- 90 de puncte pentru examenul final
Se acordă nota 5 pentru 50 de puncte acumulate conform criteriilor de mai sus.
Pentru sesiunile de restanță și mărire de notă se păstrează aceleași criterii.

Data completării
16.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament Conf. dr. Codruța Goșa

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Masaj						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. Dr. Pantea Corina						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. Dr. Pantea Corina Asist. Drd. Vutan Ana-Maria						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS/ DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					58 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					14
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					10
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					28
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual					58
3.8 Total ore pe semestru					100
3.9 Numărul de credite					4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu e cazul
4.2 de competențe	• Nu e cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	• Cursul se va desfășura online datorită condițiilor epidemiologice actuale (în amfiteatru doar în situația în care pot fi asigurate normele de
-------------------------------	---

	<p>distanțare prevazute de normativele în vigoare la data începerii anului universitar - fiind un curs comun la cele 3 specializări ale facultății)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Sunt utilizate: prezentări video • Studenții nu se vor prezenta cursuri / lucrări practice cu telefoanele mobile deschise. De asemenea, nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului / lucrărilor practice, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs / lucrări practice în vederea preluării apelurilor telefonice personale; • Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs / lucrări practice întrucât aceasta se dovedește distructivă la adresa procesului educațional; • Prezența la curs este obligatorie 50%; conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Prezență obligatorie 100%; conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență • Sunt utilizate următoarele materiale didactice: prezentări video • Efectuarea obligatorie a tehnicilor de masaj prezentate. • Termenul predării referatelor sau altor teme stabilite în cadrul orelor de lucrări practice este stabilit de titularul cursului/lucrărilor practice de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe motive altfel decât obiectiv întemeiate. De asemenea, pentru predarea cu întârziere a temelor, acestea vor fi depunctate cu 1 pct./zi de întârziere.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> • Cursul are menirea de a familiariza studenții cu condițiile tehnice necesare aplicării masajului, a efectelor masajului asupra organismului precum și a indicațiilor / contraindicațiilor aplicării manevrelor de masaj. • Prezentarea procedeelelor principale și secundare de masaj precum și particularitățile aplicării lor asupra diferitelor segmente și regiuni ale corpului. • De a asigura cunoștințele teoretice și practice necesare pentru a le putea aplica în recuperarea după efort/antrenament
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • Să definească și să utilizeze terminologia masajului • Să cunoască efectele masajului asupra organismului • Să demonstreze și să explice tehnica procedeelelor principale și secundare de masaj • Să cunoască și să înțeleagă efectele masajului clasic asupra organismului sănătos • Să cunoască și să înțeleagă efectele masajului clasic în cazul diferitelor patologii • Să interpreteze și să explice efectele diverselor metode și tehnici complementare kinetoterapiei utilizate în reabilitarea patologiei studiate

	<ul style="list-style-type: none"> ● Formarea capacității și a obișnuinței de practicare a masajului în scop de întreținere; ● Să cunoască și să explice rolul profilactic al masajului ● Să cunoască manevrele principale și secundare de masaj. ● Să demonstreze și să explice tehnica de efectuare a masajului pe toate segmentele și regiunile corpului ● Să realizeze o continuă îmbunătățire a pregătirii profesionale prin studierea literaturii de specialitate, a noilor metode și tehnici folosite în recuperarea pacienților ● Să cunoască principiile care stau la baza realizării unor programe complexe de recuperare care să includă și tehnicile de masaj asociate cu alte mijloace de recuperare ● Să cunoască și să explice principalele tehnici și metode de masaj utilizate ca mijloace complementare de tratament în funcție de afecțiunea principală și de leziunile asociate ● Să conceapă prin folosirea propriei creativități a unor programe de reabilitare la cazurile pe care le au în tratament ținând cont de aplicarea tehnicilor corespunzătoare de masaj în funcție de patologie ● Să manifeste interes pentru aplicarea în practică a noilor metode și tehnici de masaj.
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. ● Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. ● Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni generale privind masajul - terminologie, definiție, clasificare, condiții tehnice, poziționarea pacientului / maseurului (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	De consultat: 1. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara 2. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL 3. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.

<p>2. Noțiuni generale privind masajul - efecte indicații, contraindicații (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara 2. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL 3. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.
<p>3. Descrierea tehnicii procedeele principale și secundare de masaj (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara 2. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL 3. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.
<p>4. Descrierea tehnicii masajului la nivelul membrelor superioare și inferioare (2 ore)</p> <ul style="list-style-type: none"> • învățarea procedeele principale de masaj specifice membrelor superioare și inferioare • descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor, sistemului circulator • indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul membrelor superioare (sens, manevre) 	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara 2. Pantea Corina (2008) - Ghid de anatomie topografică, Editura Mirton, Timișoara 3. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL 4. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.
<p>5. Descrierea tehnicii masajului la nivelul spatelui și regiunii cefei (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și

<ul style="list-style-type: none"> • învățarea procedeelor principale de masaj specifice spatelui • descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor și organismului în mod general • indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul spatelui, regiunii cefei și al feței 		<p>automasaj, Editura Mirton, Timișoara</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Pantea Corina (2008) - Ghid de anatomie topografică, Editura Mirton, Timișoara 3. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL 4. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.
<ol style="list-style-type: none"> 6. Descrierea tehnicii masajului la nivelul peretelui toracic, al peretelui abdominal și al feței (2 ore) <ul style="list-style-type: none"> • învățarea procedeelor principale de masaj specifice abdomenului și peretelui toracic • descrierea efectelor masajului asupra diferitelor straturi ale tegumentului, mușchilor, sistemului circulator și al îmbunătățirii peristaltismului intestinal • indicații și contraindicații în aplicarea masajului la nivelul abdomenului (sens, manevre, pense, prize) 	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara 2. Pantea Corina (2008) - Ghid de anatomie topografică, Editura Mirton, Timișoara 3. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL 4. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.
<ol style="list-style-type: none"> 7. Automasajul / Sportmasajul (2 ore) <ul style="list-style-type: none"> • Tehnica și pozițiile din care se execută automasajul (membrelor inferioare, membrelor superioare, abdomenului, spatelui, capului, feței) • Efectele și indicațiile automasajului • Tehnica și pozițiile din care se execută sportmasajul • Sportmasajul avantaje, dezavantaje. 	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara 2. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL 3. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.
<p>Bibliografie :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. KING Robert (1992) - Performance massage, Ed. Human Kinetics, 2. DE DOMENICO Giovanni, WOOD Elizabeth (1997) - Beard's massage, Ed. Saunders 		

<p>3. CASSAR Mario-Paul (2004) - Handbook of clinical massage, Ed. Churchill Livingstone</p> <p>4. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara</p> <p>5. PANTEA Corina (2008) - Ghid de anatomie topografică, Editura Mirton, Timișoara</p> <p>6. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL,</p> <p>7. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999.</p> <p>8. ZAMORA E., 2004, Masajul medical- indicații terapeutice. Editura GMI, Cluj-Napoca;</p> <p>9. MÂRZA D., – Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău, 2002.</p> <p>10. MÂRZA D., - Metode speciale de masaj, Ed. Plumb, Bacău, 2009</p>		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Descrierea tehnicii procedeele principale și secundare de masaj și executarea practică a acestora (4 ore)	Explicație, Demonstrație, Exersare Aplicații practice Vizionare filme demonstrative	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exerseze tehnicile de masaj exemplificate la fiecare oră. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului.
2. Efectuarea practică a masajului la nivelul segmentelor membrului inferior (4 ore)	Explicație, Demonstrație, Exersare Aplicații practice Vizionare filme demonstrative	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exerseze tehnicile de masaj exemplificate la fiecare oră. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
3. Efectuarea practică a masajului la nivelul segmentelor membrului superior (4 ore)	Explicație, Demonstrație, Exersare Aplicații practice Vizionare filme demonstrative	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exerseze tehnicile de masaj exemplificate la fiecare oră. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
4. Efectuarea practică a masajului la nivelul spatelui, regiunii cefei și al feței (4 ore)	Explicație, Demonstrație, Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă Vizionare filme demonstrative	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exerseze tehnicile de masaj exemplificate la fiecare oră. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
5. Efectuarea practică a masajului la nivelul peretelui toracic și al abdomenului (4 ore)	Explicație, Demonstrație, Exersare Aplicații practice Lucrul în echipă Vizionare filme demonstrative	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exerseze tehnicile de masaj exemplificate la fiecare oră. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului

6. Descrierea tehnicii procedeele principale și secundare de automasaj la nivelul membrelor superioare, inferioare, spatelui, al peretelui toracic și al abdomenului (4 ore)	Explicație, Demonstrație, Exersare Aplicații practice	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exerseze tehnicile de masaj exemplificate la fiecare oră. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
7. Efectuarea practică a masajului general (4 ore)	Explicație, Demonstrație, Exersare Aplicații practice	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exerseze tehnicile de masaj exemplificate la fiecare oră. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
<p>Bibliografie :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. KING Robert (1992) - Performance massage, Ed. Human Kinetics, 2. DE DOMENICO Giovanni, WOOD Elizabeth (1997) - Beard's massage, Ed. Saunders 3. CASSAR Mario-Paul (2004) - Handbook of clinical massage, Ed. Churchill Livingstone 4. PANTEA Corina (2008) - Procedee tehnice de masaj și automasaj, Editura Mirton, Timișoara 5. IONESCU Adrian (1994) - Masaj procedee tehnice, metode, efecte, aplicații în sport, Ed. ALL, 6. NEMEȘ, I.D.A., (1999) - Masoterapie - masaj și tehnici complementare, Editura Orizonturi Universitare, Timișoara, 1999. 7. ZAMORA E., 2004, Masajul medical- indicații terapeutice. Editura GMI, Cluj-Napoca; 8. MÂRZA D., – Masajul terapeutic, Ed. Plumb, Bacău, 2002. 9. MÂRZA D., - Metode speciale de masaj, Ed. Plumb, Bacău, 2009 		

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Test grilă Sarcină obligatorie	Test grilă de evaluare a cunoștințelor pe baza informațiilor prezentate la curs și în bibliografia prezentată în fișa disciplinei. (G)	60%
10.5 Seminar / laborator	Evaluare lucrari practice	Aprecierea participării active la orele de lucrări practice, rezolvarea temelor atribuite pe parcursul semestrului	20%

	Sarcină obligatorie		
	Evaluare lucrari practice Sarcină obligatorie	Media testelor de evaluare (6 teste) a cunoștințelor însușite la orele de lucrări practice	20%
10.6 Standard minim de performanță			
<p>Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor masajului, automasajului și sportmasajului Descrierea și demonstrarea manevrelor principale și secundare de masaj și automasaj. Descrierea și demonstrarea masajului și automasajului pe toate segmentele și regiunile corpului.</p> <p>Pentru a putea calcula nota finală este necesar ca la fiecare formă de evaluare (test grilă, media testelor de la LP, nota de la activitatea pe parcursul semestrului) să se obțină nota de promovare 5 (cinci).</p> <p style="text-align: center;">Nota finală = Nota test grilă (G) x 0,6 + media testelor x 0,2 + nota activitate x 0,2</p> <p>Absența la testul grilă (sarcină obligatorie) înseamnă absență de la examen, indiferent de punctajul total cumulat până în acel moment, cu excepția situațiilor de măriri de notă.</p> <p>Îndeplinirea criteriului de frecvență la curs și lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examen la testul grilă.</p> <p>Evaluarea în sesiunea de restanțe și măriri de notă se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului.</p> <p>Termenul predării referatelor sau altor teme stabilite în cadrul orelor de lucrări practice este stabilit de titularul cursului/lucrărilor practice de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe motive altfel decât obiectiv întemeiate. De asemenea, pentru predarea cu întârziere a temelor, acestea vor fi depunctate cu 1 pct./zi de întârziere.</p>			

Data completării
20.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Practică de schi					
2.2. Titularul activităților de curs							
2.3. Titularul activităților de seminar		Conf. dr. Nagel Adrian, Conf. dr. Baniăș Petru, Conf. dr. Domokos Martin, Lect. dr. Puta Tiberiu,					
2.4. Anul de studii	1	2.5. Semestrul	1	2.6. Tipul de evaluare	V	2.7. Regimul disciplinei	DS, DI

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	-	3.3. seminar/laborator	3
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	-	3.6. seminar/laborator	42
Distribuția fondului de timp					58ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutorat					10
Examinări					8
Alte activități ...					
3.7. Total ore studiu individual	58				
3.8. Total ore pe semestru	100				
3.9. Număr de credite	4				

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	●
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> ● Studenții vor avea echipament corespunzător ● Prezența este obligatorie ● Nu este permisă întârzierea la lucrările practice

	<ul style="list-style-type: none"> ● Problemele medicale vor fi raportate înainte de începerea lucrărilor practice
--	---

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> ● Cursul are menirea de a completa activitatea practico-metodică cu date concrete despre schi, despre importanța acestuia în activitatea sportivă oricare ar fi aceasta. ● Deprinderea de a executa din punct de vedere tehnic procedeele prevăzute în programa școlară <p>Cursul urmărește formarea abilității de a demonstra, selecționa, concepe și preda mijloacele de bază ale schiului; formarea și dezvoltarea capacității de organizare și conducere a colectivelor de elevi.</p>
Abilități	<p>Să descrie elementele componente ale schiului ca sport de iarnă; Să identifice importanța dezvoltării celei mai importante ramuri de schi; Să argumenteze importanța practicării ramurii de sport schi la toate categoriile de populație; Să prezinte efectele practicării schiului asupra organismului uman; Să identifice factorii care influențează dezvoltarea organismului prin practicarea schiului; Să argumenteze importanța călirii și dezvoltării armonioase a organismului prin practicarea schiului; Să descrie caracteristicile principalelor elemente tehnice din schiul alpin; Să identifice importanța aplicării elementelor tehnice în schiul alpin; Să argumenteze importanța practicării unei tehnici corecte a schiului alpin pentru comunitate sau societate; Să descrie elementele componente ale schiului alpin de performanță; Să identifice cea mai potrivită probă sportivă în schiul alpin în funcție de capacitățile psiho-motrice ale fiecărui individ; Să argumenteze influențele activităților competiționale asupra dezvoltării schiului ca sport de masă și vice-versa; Să descrie principalele caracteristici ale managementului în schi; Să prezinte importanța managementului în schi și impactul acestuia asupra societății și a mediului înconjurător; Să argumenteze importanța promovării schiului ca sport competițional și de masă pe toate canalele de comunicare pentru menținerea acestuia ca cel mai important sport de iarnă.</p>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională.

	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.
--	--

7. Conținuturi*

7.1. Curs	Metode de predare	Observații
7.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1.Acomodarea cu schiurile și alunecarea (4 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea globală/ fragmentată, exersarea, aloritmizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele – se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
2.Schimbări de direcție 2.1.1.Întoarceri prin pășire 2.2..Întoarceri prin evantai 2.2.1.Întoarceri vârf la coadă 2.2.2. Întoarceri coadă la vârf 2.2.3.Întoarceri vârf la vârf 2.3.Întoarcerea prin săritură (6 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, aloritmizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
3.Bazele generale ale mersului pe schiuri 3.1.Principalele elemente ale mersului pe schiuri 3.2.Mersul alternativ cu doi pași 3.3.Mersurile simultane 3.3.1.Alunecarea prin împingere simultană 3.3.2.Mersul cu doi pași și împingere simultană 3.3.3.Mersul combinat (6 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, aloritmizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
4.Urcările 4.1.Urcarea directă și urcarea oblică 4.1.1.Urcarea în foarfece 4.1.2.Urcarea în trepte 4.1.3.Urcarea prin serpentină 4.1.4.Urcarea cu cozile orientate înainte spre direcția înaintării	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, aloritmizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri

(6 ore)		dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
5.Descrierea tehnicii coborârilor 5.1.Generalități 5.2.Coborârea directă 5.3.Coborârea oblică (6 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritmizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
6.Denivelările de teren 6.1.Trecerea denivelărilor de teren prin amortizare (flexie) 6.2.Trecerea denivelărilor de teren prin escamotare (desprindere) 6.3.Trecerea unei rupturi de pantă prin săritură (6 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritmizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
7.Frânările 7.1.Frânarea în plug și jumătate plug 7.2.Frânarea prin derapaj 7.3.Derapajul oblic 7.4.Ghirlanțele 7.5.Contraderapajul (6 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritmizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
8.Participarea la o probă de concurs din schiul alpin (2 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea, algoritmizarea	Studentii vor fi organizați conform normelor de organizare a competițiilor sportive și vor participa la un concurs.
Bibliografie RĂȚĂ Elisabeta - <i>Tehnica și metodică schiului</i> , 2010; NAGY E., NAGEL A., DOMOKOS M. – <i>Aspecte teoretice ale schiului modern</i> , Editura Universității de Vest, Timișoara, 2006; ISBN 973-7608-58-5; TEODORESCU Virgil - <i>Metodică învățării schiului</i> , 2000; ISBN 973-582-308-x; STROIE PELIN, F., RUNCAN, C. - <i>Tehnica și metodică schiului alpin</i> , 1999.		

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptărilor angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip de activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
9.4. Curs			
9.5. Seminar / laborator	Criteriul progresului	Participare activă: Se înregistrează frecvența și valoarea implicării în procesul didactic precum și evaluarea din punct de vedere tehnic al procedeelelor învățate. Observarea curentă	90% probele practice;
	Criteriul performanței	Executarea procedeelelor în condiții de concurs	10 % - rezultat concurs
<p>9.6. Standard minim de performanță Trecerea prin toate procedeele învățate. Nota finală trebuie să fie minim 5 pentru a îndeplini condițiile de trecere. Absența la probele practice înseamnă absență de la examen. Îndeplinirea criteriului de frecvență la lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examenul practic. Evaluarea în sesiunea de restanțe (altă serie sau sezon de schi) se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului.</p> <p>Cursul necesită costuri suplimentare suportate de către student: cazare, masă, transport, închiriere echipament.</p>			

Data completării

Titular de disciplină

1.09.2021

Data avizării în departament

Director de departament

21.09.2021

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Psihologia activităților motrice						
2.2 Titularul activităților de curs	Psih. dr. Alexandru Boncu						
2.3 Titularul activităților de seminar	Psih. dr. Alexandru Boncu						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	Obl.

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					47 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					12
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					12
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					6
Examinări					7
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	47				
3.8 Total ore pe semestru	75				
3.9 Numărul de credite	3				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> Anatomie, Fiziologie, Fiziopatologie, Kinesiologie, Teoria educației fizice și sportului
-------------------	--

4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea noțiunilor fundamentale privind exercițiul fizic, anatomia, fiziologia organismului uman precum și elemente de fiziopatologie
-------------------	---

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> Prezența este obligatorie 50%
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> Sală prevăzută cu videoproiector

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	Cursul are menirea de a asigura studenților cunoștințele teoretice necesare dobândirii competențelor specifice acestei discipline
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> Să cunoască noțiunile de bază specifice domeniului; Formarea capacității de explicare a tehnicilor de utilizare a activităților motrice în acest sector Dobândirea capacității de a înțelege efectele psihologice ale activităților motrice și de a le aplica eficient să identifice categorii populaționale/individizi care pot beneficia de programe specifice să prezinte avantajele includerii activităților fizice adaptate în viața persoanelor cu dizabilități
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Curs introductiv	Prelegerea Conversația Discursul euristic	Adriana Albu, Constantin Albu, Psihomotricitatea, Editura Spiru Haret, Iasi, 1999
2. Introducere în Psihomotricitate	Prelegerea Conversația Discursul euristic	Adriana Albu, Constantin Albu, Psihomotricitatea, Editura Spiru Haret, Iasi, 1999
3. Motricitatea și procesele psihice	Prelegerea Conversația Discursul euristic	Cosmovici Andrei, Psihologie generală, Editura Polirom, Iasi, 2005

4. Dezvoltarea motricității la copil	Prelegerea Conversația Discursul euristic	ANDERSON, D. I., & MAGILL, R. A. (2021). Motor learning and control: concepts and applications. McGraw-Hill.
5. Tulburări psihomotrice	Prelegerea Conversația Discursul euristic	ANDERSON, D. I., & MAGILL, R. A. (2021). Motor learning and control: concepts and applications. McGraw-Hill.
6. Accidentări și recuperare; Aspecte psihologice în exercițiile fizice	Prelegerea Conversația Discursul euristic	ANDERSON, D. I., & MAGILL, R. A. (2021). Motor learning and control: concepts and applications. McGraw-Hill.
7. Modalități de evaluare a capacităților motrice	Prelegerea Conversația Discursul euristic	ANDERSON, D. I., & MAGILL, R. A. (2021). Motor learning and control: concepts and applications. McGraw-Hill.
Bibliografie : ANDERSON, D. I., & MAGILL, R. A. (2021). Motor learning and control: concepts and applications. McGraw-Hill. Cosmovici Andrei, Psihologie generală, Editura Polirom, Iasi, 2005 Adriana Albu, Constantin Albu, Psihomotricitatea, Editura Spiru Haret, Iasi, 1999		
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Seminar introductiv	Problematizare Brain storming Prelegere. Demonstrații practice. Dezbateri	Identificarea nevoilor și intereselor participanților raportat la conținutul laboratorului. Stabilirea regulilor de lucru în grup.
2. Terapia corporală (aspecte psihologice)	Prelegere. Demonstrații practice. Dezbateri	Gasibat, Q., & Suwehli, W. (2017). Determining the benefits of massage mechanisms: a review of literature. Rehabilitation Sciences, 3, 58-67.
3. Relația dintre minte și corp	Demonstrații practice Dezbateri	Charalampous, C. (2015). Rethinking the Mind-Body Relationship in Early Modern Literature, Philosophy and Medicine: The Renaissance of the Body. Routledge.
4. Comunicarea cu pacientul/clientul și Tehnici psihoterapeutice folosite în kinetoterapie	Prezentări referate, Demonstrații practice. Dezbateri	Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap X; pag. 158-166)
5. Tehnici de psihologie sportivă	Problematizare Brain storming Prelegere. Dezbateri	Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). Foundations of sport and exercise psychology, 7E. Human kinetics.

6. Aplicații	Problematizare Brain storming, Prelegere. Dezbateri	Se vor face diferite aplicații pe baza subiectelor de la curs și laborator
7. Evaluare și Feedback		
Bibliografie		

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Cunoașterea noțiunilor prezentate la curs	Probă scrisă (S) (note 1-10)	50%
9.5 Seminar / laborator	Prezentarea unei teme date la începutul semestrului	Titularul de LP va evalua activitatea la orele de laborator pe baza prezentării realizate pe grupe (note 1-10)	50%
10.6 Standard minim de performanță Nota 5 este necesară atât la laborator cât și la examen pentru promovarea disciplinei Prezentarea referatului și obținerea notei minime 5. Evaluarea în sesiunea de restanțe și măririle de notă se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului.			

Data completării
17.09.2021

Titular de disciplină
Psih. dr. Alexandru Boncu

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	BAZELE GENERALE ALE ATLETISMULUI						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. Dr. Almăjan-Guță Bogdan						
2.3 Titularul activităților de seminar	Lector Dr. Tiberiu Puta						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	II	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	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 laborator	28
Distribuția fondului de timp:					69
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					20
Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					6
Examinări					3
Alte activități.....					
3.7 Total ore studiu individual		69			
3.8 Total ore pe semestru		125			
3.9 Numărul de credite		5			

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nue este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de curs echipată cu videoproiector • Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență
-------------------------------	---

	<ul style="list-style-type: none"> ● Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și seminar/laborator întrucât aceasta se dovedește disructivă la adresa procesului educațional; ● Telefoanele pot fi deschise, dar trebuie puse pe modul silențios
5.2 de desfășurare a laboratorului/seminarului	<ul style="list-style-type: none"> ● Cabinet de kinetoterapie sau online ● Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutiilor de frecvență ● Termenul predării lucrării de seminar este stabilit de titular de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe motive altfel decât obiectiv întemeiate. De asemenea, pentru predarea cu întârziere a lucrărilor de seminar/laborator, lucrările vor fi depunctate cu 1 pct./zi de întârziere. ● Telefoanele trebuie puse pe modul silențios

6. Obiectivele disciplinei

7. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	Dezvoltarea unui set complex de competențe necesare specialistului în educație fizică și sport, sport și performanță motrică, kinetoterapie astfel încât acesta să cunoască bazele tehnice ale probelor atletice și metodica acestora.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> ● Să cunoască bazele tehnicii probelor de atletism -aruncari. ● Sa execute aruncările din atletism prevazute de programa scolara ● Să argumenteze importanța probelor de aruncari ● Să cunoască bazele tehnicii probelor de atletism -sarituri ● Sa execute sariturile din atletism prevazute de programa scolara ● Să argumenteze importanța sariturilor din atletism ● Sa cunoască bazele tehnicii probelor de atletism- alergari ● Sa execute alergările din atletism prevazute de programa scolara ● Să argumenteze importanța cunoașterii alergărilor din atletism ● Să descrie metodica învățării probelor atletice ● Să identifice programul optim, individualizat și personalizat de învățare a probelor ● Să argumenteze beneficiile practicării atletismului ● Să descrie principalele elemente ce țin de politici sociale și promovarea a atletismului ● Să prezinte principalele campanii publicitare/politice de promovare a atletismului către toate categoriile de populație ● Să argumenteze importanța promovării atletismului pe toate canalele de comunicare
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. ● Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. ● Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Definiția, particularitățile atletismului	Prelegerea Conversația Exemplificarea	Prelegerea va fi interactivă, de-a lungul activității studenții fiind implicați prin solicitarea răspunsului la cinci întrebări cheie: 1. Ce este atletismul? 2. Atletismul sport formativ și competițional. 3. Care sunt probele atletice? 4. Ce metode de instruire se folosesc în atletism? Referințe: 1. 1. ARDELEAN, T. - "Atletism", Ed. Didactica și Pedagogică, București, 1983
2. Tehnica probelor de alergari	Prelegerea Conversația Exemplificarea	1.Care sunt obiectivele scolii alergarii? 2 Pasul alergator dublu și simplu 3.Tehnica alergarilor de rezistență 4. Tehnica alergarilor de viteză Referințe: 1. 1. MARINAU, M., LUCACIU, G., ȘTEF, M., - "Atletism, tehnica probelor", Ed.Universității din Oradea, 2010
3. Metodica probelor de alergari	Prelegerea Conversația Exemplificarea	1.Metodica învățării startului și lansării de la start, a pasului alergator de rezistență 2. Metodica învățării startului și lansării de la start, a pasului alergator de viteză 3. Învățarea finishului și a sosirii Referințe 1. CARABAS, I - „Metodica predării atletismului în școală”, Ed. Eurobit, Timișoara, 2014
4. Tehnica probelor de sarituri	Prelegerea Conversația Exemplificarea	Care sunt obiectivele scolii sariturii? 2 Care sunt sariturile fundamentale și derivate în atletism? 3.Tehnica sariturii în înălțime 4. Tehnica sariturii în lungime Referințe: 1. 1 PETRESCU, T., GHEORGHE, D., SABĂU, E., <i>Atletism. Curs de bază</i> , Editura Fundației România de Mâine, București, 2007.

5. Metodica probelor de sarituri	Prelegerea Conversația Exemplificarea	1.Care sunt fazele sariturii: elan, bataie-desprindere, aterizare? 2. Metodica invatarii sariturii in inaltime cu forfecare, rasturnare ventrala si dorsala 3. Metodica sariturii in lungime Referinte 2. 1. DRAGAN, D. - " <i>Metodica predării tehnicii probelor de atletism</i> ", Ed. Universității din Oradea, 2003
6. Tehnica probelor de aruncari	Prelegerea Conversația Exemplificarea	Care sunt obiectivele scolii aruncarii? 2 Invatarea aruncarii cu mingea de oina-tip azvarlire 3.Tehnica aruncarii cu greutatea-tip impingere 4. Cunoasterea aruncarii cu discul-tip lansare Referințe 2. 1. RAȚĂ, G., <i>Atletism Tehnică. Metodică, Regulament</i> , Editura Alma Mater, Bacău, 2002.
7. Metodica probelor de sarituri	Prelegerea Conversația Exemplificarea	1.Etapele invatarii : obisnuirea cu obiectul, efortul final, invatarea elanului, profilul brut al aruncarii, optimizarea tehnicii 2. Metodica invatarii aruncarii mingii de oina 3. Metodica invatarii aruncarii greutatii cu saltare alunecata (glisare) Referințe 3. SABĂU, E., MONEA, G., <i>Atletism.Tehnica și metoda probelor</i> , Editura BREN, București, 2007. <i>Regulamentul concursurilor de atletism</i> , FRA, București, 2002

Bibliografie

4. ARDELEAN, T. - "*Atletism*", Ed. Didactica și Pedagogică, București, 1983
5. BRAN, E. L. - "*Metodica învățării exercițiilor de atletism*", Ed. Didactică și Pedagogică, București, 1965
6. CARABAS, I - „*Metodica predării atletismului în școală*”, Ed. Eurobit, Timișoara, 2014
7. DRAGAN, D. - "*Atletism a b c* ", Ed. Crican, Oradea, 1996
8. DRAGAN, D. - "*Atletism - tehnica probelor*", Ed. Universității din Oradea, 1992
9. DRAGAN, D. - "*Metodica predării tehnicii probelor de atletism*", Ed. Universității din Oradea, 2003

10. MARINAU, M., LUCACIU, G., ȘTEF, M., - "Atletism, tehnica probelor", Ed. Universității din Oradea, 2010
11. PETRESCU, T., GHEORGHE, D., SABĂU, E., *Atletism. Curs de bază*, Editura Fundației România de Mâine, București, 2007.
12. RAȚĂ, G., *Atletism Tehnică. Metodică, Regulament*, Editura Alma Mater, Bacău, 2002.
13. SABĂU, E., MONEA, G., *Atletism. Tehnica și metodică probelor*, Editura BREN, București, 2007.
14. *Regulamentul concursurilor de atletism, FRA*, București, 2002

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

- În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

10. **Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	răspunsurile la examen (evaluarea finală)	Examen scris	60%
10.5 Seminar / laborator	- raspunsuri periodice si finale la lucrarile practice	Conceperea și prezentarea unui referat de specialitate	20%
	Prezența și activitatea desfășurată în cadrul stagiului clinic		20%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> ● Participare în proporție de minim 80% la lucrările practice ● Îndeplinirea criteriilor practice in lucrul cu sportivul; ● Îndeplinirea în proporție de 50% a criteriilor de evaluare la examenul scris ● Elaborarea și prezentarea unui protocol de refacere sportiva. 			

Data completării 20.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament

Director de departament

21.09.2021

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Bazele generale ale jocului sportiv fotbal băieți						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Brîndescu Sorin						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Brîndescu Sorin						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	2	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	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					58
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					16
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					16
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					8
Examinări					4
Alte activități					4
3.7 Total ore studiu individual	58				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> ● Sala de curs dotată cu aparatură audio-video; ● Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență <input type="checkbox"/> Telefoanele trebuie puse pe modul silențios
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> ● Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență ● Terenul de fotbal dotat cu aparatura necesară pentru desfășurarea activităților practice. ● Telefoanele trebuie puse pe modul silențios

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> ● Cursul are menirea de a familiariza studenții cu mijloacele fotbalului și de a transmite informații utile cu privire la sarcinile și caracteristicile acestei discipline sportive
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> ● Să definească și să utilizeze terminologia fotbalului; ● Să cunoască evoluția fenomenului fotbalistic; ● Să explice caracteristicile și sarcinile fotbalului; ● Să conceapă complexe de dezvoltare fizică generală ținând cont de particularitățile de vârstă. ● Să demonstreze și să explice tehnica de execuție a procedeele tehnice; ● Implicarea în activități științifice, elaborarea unor articole și studii de specialitate; ● Formarea capacității și a obișnuinței de practicare sistematică și independentă a exercițiilor fizice în scop igienic și reconfortant
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională.

	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.
--	--

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Tehnica- definiție. Tehnica și factorii de joc. Profilul tehnic individual.	Prelegerea, problematizarea	
2. Deprindere tehnică și capacitate tehnică	Prelegerea, problematizarea	
3. Elemente tehnice și procedee tehnice. Biomecanică.	Prelegerea, problematizarea	
4. Tactica- definiție. Metaprincipiile și principiile jocului de fotbal.	Prelegerea, problematizarea	
5. Relațiile tactice de colaborare în atac și în apărare.	Prelegerea, problematizarea	
6. Relațiile tactice de adversitate în atac și în apărare.	Prelegerea, problematizarea	
7. Sistemul de joc. Forme de apărare și atac.	Prelegerea, problematizarea	
Bibliografie : BRÎNDESCU SORIN, Jocul de Fotbal, Editura Mirton, Timișoara, 2012; BRÎNDESCU SORIN, Exerciții de fotbal, Editura de Vest, Timișoara, 2013; IONESCU V. ION Football, Editura Helicon, Timișoara, 1995; IONESCU V. ION, SORIN BRÎNDESCU, Fotbalul Școlar, Tipografia Universității, Timișoara.1999; IONESCU V. ION, SORIN BRÎNDESCU, Fotbal- Exerciții, Tipografia Universității, Timișoara, 2000; F.R.F., ȘCOALA FEDERALĂ DE ANTRENORI, Cunoașterea problemelor de pregătire a copiilor și juniorilor. Practica efectivă de conducere a lecției de antrenament, F.R.F., 2002.		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Cerințele disciplinei. Probe inițiale de control. Joc bilateral de control.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
2. Lovirea mingii cu piciorul. Element și procedeu tehnic. Biomecanică generală. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	

3. Lovirea mingii cu latul. Biomecanică. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
4. Lovirea mingii cu șiretul interior și cu șiretul plin. Biomecanică. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
5. Oprirea și preluarea mingii cu piciorul. Definiție, biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
6. Oprirea și preluarea mingii cu pieptul și capul. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
7. Lovirea mingii cu capul fără săritură. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
8. Lovirea mingii cu capul din săritură. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
9. Conducerea și protejarea mingii. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
10. Fenta și depășirea adversarului. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
11. Deposedarea adversarului de minge. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
12. Trasul la poartă. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
13. Lansarea, deschiderea și centrarea. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	
14. Elemente tehnice ale portarului. Biomecanică, procedee tehnice. Joc bilateral cu temă.	Explicatie, demonstratie,problematizare, exersare globala/analitica, algoritmizare	

Bibliografie : BRÎNDESCU SORIN, Jocul de Fotbal, Editura Mirton, Timișoara, 2012;
BRÎNDESCU SORIN, Exerciții de fotbal, Editura de Vest, Timișoara, 2013;
IONESCU V. ION Football, Editura Helicon, Timișoara, 1995;
IONESCU V. ION, SORIN BRÎNDESCU, Fotbalul Școlar, Tipografia Universității, Timișoara, 1999;
IONESCU V. ION, SORIN BRÎNDESCU, Fotbal- Exerciții, Tipografia Universității, Timișoara, 2000;
F.R.F., ȘCOALA FEDERALĂ DE ANTRENORI, Cunoașterea problemelor de pregătire a copiilor și juniorilor.
Practica efectivă de conducere a lecției de antrenament, F.R.F., 2002.

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs		Ex	70%
10.5 Seminar / laborator		Vp	30%
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> ● Cunoașterea mecanismului de bază a principalelor procedee tehnice ● Aplicarea acestora în complexe tehnice ● Stăpânirea la nivel de începători a principalelor procedee tehnico-tactice. ● Cunoașterea metaprinциpiilor jocului de fotbal ● Cunoașterea problematicei cursului și a regulamentului de joc la nivel minimal. 			

Data completării 20.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	GIMNASTICĂ RITMICĂ FETE						
2.2 Titularul activităților de curs	Lector Dr. Tabără Amănar Simona						
2.3 Titularul activităților de seminar	As. Drd. Domokos Cerasela						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	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	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					58 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					10
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					8
Examinări					8
Alte activități					2
3.7 Total ore studiu individual	58				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> ● Cunoaștere și înțelegere (<i>cunoașterea și înțelegerea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei</i>) ● Predarea și consolidarea probelor de gimnastica ritmica sportiva din punct de vedere tehnic, predarea și învățarea problemelor de tehnica cerute de realizare a unei pregătiri de specialitate; ● folosirea tuturor mijloacelor și metodelor pentru obținerea de performante la toate categoriile de copii.
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> ● Sistemul de organizare și pregătire a copiilor pentru sportul de performanță; ● Practicarea unei activități în timpul liber, în cadrul activităților sportive școlare sau extrașcolare.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> ● Sală de curs dotată cu video proiector și laptop ● Studenții se vor prezenta la cursuri seminarii/laboratoare cu telefoanele mobile închise. ● De asemenea, nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale; ● Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și seminar/laborator întrucât aceasta se dovedeste disructivă la adresa procesului educațional;
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> ● Termenul predării lucrării de seminar este stabilit de titular de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe motive altfel decât obiectiv întemeiate. ● De asemenea, pentru predarea cu întârziere a lucrărilor de seminar/laborator, lucrările vor fi depunctate cu 1 pct./zi de întârziere. ● Prezența la laborator este obligatorie 100%; ● Sală de gimnastică amenajată cu aparate, saltele, și obiecte portative specifice disciplinei (mingi, panglici, corzi, cercuri, măciuci) și aparate ajutătoare (bănci, scara fixă)

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> ● Cursul și lucrările practice urmăresc familiarizarea studenților cu principalele concepte, categorii ale instruirii atât în expuneri, cât și în dialogul cu studenții, se va pune accentul pe înțelegerea mecanismelor de predare, se va insista asupra subiectelor privind predarea- învățarea- evaluarea ● Dobândirea de cunoștințe teoretice și a capacității de execuție referitoare la învățarea și consolidarea principalelor elemente și procedee tehnice specifice gimnasticii ritmice, precum și a principalelor noțiuni de regulament.
------------	---

Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • Optimizarea nivelului de pregătire fizică necesare unei însușiri tehnice cu respectarea succesiunii metodice specifice fiecărui obiectiv propus • Formarea de competențe teoretice, metodice și practice necesare transmiterii elevilor a însușirii disciplinei gimnasticii ritmice prevăzute de programa școlară a fiecărui nivel • Cunoașterea, explicarea și utilizarea corectă a termenilor specifici gimnasticii ritmice • Capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite în cadrul cursului; • Însușirea tehnicii și metodicii de predare a elementelor de tehnică corporală. • Însușirea tehnicii și metodicii de acționare a obiectelor portative. • Dezvoltarea formelor specifice de manifestare a calităților motrice în gimnastica ritmică. • Dezvoltarea capacității studenților cu deprinderi practico-metodice aplicabile în lecția de educație fizică, cu posibilitatea de transfer în activitățile de timp liber.
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. • Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> • Cursul are menirea de a forma cunoștințe specifice gimnasticii ritmice, școlare și de performanță. 	material utilizat ca suport de curs, mijloace audiovizuale	
<ul style="list-style-type: none"> • Istoricul și evoluția gimnasticii ritmice. • Definiție, caracteristici, particularități, sarcinile și ramurile gimnasticii ritmice în sistemul educației fizice și sportului școlar. • Terminologia gimnasticii ritmice. 	Curs interactiv	2
<ul style="list-style-type: none"> • Noțiuni de bază privind tehnica corporală specifică gimnasticii ritmice • Noțiuni generale cu privire la acompaniamentul muzical în gimnastica ritmică. 	Curs interactiv	2
<ul style="list-style-type: none"> • Tehnica de acționare a obiectelor portative: coarda, cerc, minge și panglica 	Curs interactiv	2
<ul style="list-style-type: none"> • Prezentarea exercițiilor specifice tehnicii corporale, pregătirea artistică. 	Curs interactiv	2

<ul style="list-style-type: none"> • Conținutul motric al gimnasticii artistice. Prezentarea grupelor care alcătuiesc tehnica corporală 		
<ul style="list-style-type: none"> • Noțiuni generale privind proba de ansamblu • Metodica alcătuirii exercițiilor liber alese pentru probe individuale și de ansamblu. • 	Curs interactiv	2
<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea și desfășurarea concursurilor de Gimnastică Ritmică. Prevederile Codul de Punctaj în gimnastica ritmică de performanță. 	Curs interactiv	2
<ul style="list-style-type: none"> • EXAMEN 		2
<p>Bibliografie :</p> <p>Câmpeanu, M., (2004). Gimnastică ritmică – curs de bază, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Risoprint, Cluj-Napoca.</p> <p>2. Jelescov, C., (2000). Gimnastică ritmică de bază, Editura Fundației România de Măine, București.</p> <p>3. Luca, A., (2002). Gimnastica ritmică, Editura Universității “Al.I.Cuza”, Iași.</p> <p>4. Macovei, S., Buțu, O., (2007). Metodica predării gimnasticii ritmice în școală, Editura Bren, București.</p> <p>5. Moraru, C., (2007). Gimnastică ritmică - curs, Editura Pim, Iași.</p> <p>6. Sima, I., Aducovschi, D.,(2008). Gimnastică ritmică, Editura Moroșan, București.</p> <p>7. FIG – Cod de punctaj</p>		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> • Prezentarea cerințelor pentru disciplina studiată; • Învățarea ținutei și execuției artistice, educarea atitudinii corecte și elegante a corpului, educarea manierei artistice de execuție a mișcărilor. - mijloace audio-vizuale; • Învățarea variantelor de pași și alergare specifice gimnasticii • Învățarea pașilor de dans clasic și modern. • Învățarea balansurilor active și pasive, valorilor cu tot corpul și pe segmente ritmice 	<p>-Explicație, demonstrație, exersare</p> <p>-mijloace audio-vizuale;</p> <p>-filme metodice</p>	6
<ul style="list-style-type: none"> • Învățarea tehnicii de execuție a rotațiilor corpului în jurul axului vertical • Învățarea elementelor de tehnica corporala din grupa săriturilor. 	<p>-Explicație, demonstrație, exersare</p> <p>-mijloace audio-vizuale;</p> <p>-filme metodice</p>	4
<ul style="list-style-type: none"> • Învățarea elementelor acrobatice specifice gimnasticii ritmice. • Învățarea tehnicii și metodicii de acționare a mingii: balansuri, ricoșări, rulări, lansări, balans în opt și circumducții 	<p>-Explicație, demonstrație, exersare</p> <p>-mijloace audio-vizuale;</p> <p>-filme metodice</p>	4
<ul style="list-style-type: none"> • Învățarea tehnicii și metodicii de acționare a panglicii: balansări, mișcări în opt, șerpuiți. Învățarea elementelor de tehnica corporala din grupa piruetelor 	<p>-Explicație, demonstrație, exersare</p>	4

<ul style="list-style-type: none"> • învățarea elementelor de tehnica corporala din grupa echilibrului 	-mijloace audio-vizuale; -filme metodice	
<ul style="list-style-type: none"> • Învățarea tehnicii și metodicii de acționare a cercului: rotări, desprinderi, lansări. • Învățarea tehnicii și metodicii de acționare a corzii: desprinderi, înfășurări și desfășurări, săltări și sărituri prin coardă, mișcări în opt, lansări. • Învățarea tehnicii și metodicii de acționare a măciucilor. • Perfecționarea elementelor corporale și mânuirea obiectelor portative. 	-Explicație, demonstrație, exersare -mijloace audio-vizuale; -filme metodice	4
<ul style="list-style-type: none"> • Perfecționarea elementelor corporale și mânuirea obiectelor portative. Alcătuirea de individuale si de coregrafii exercițiilor de ansamblu 	-Explicație, demonstrație, exersare -mijloace audio-vizuale; -filme metodice	4
<ul style="list-style-type: none"> • Evaluare practică 	-Explicație, demonstrație, exersare -mijloace audio-vizuale; -filme metodice	2
Bibliografie :		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Câmpeanu, M., (2004). Gimnastică ritmică – curs de bază, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Risoprint, Cluj-Napoca. 2. Grosu, E.F., Padilla Moledo, C., (2011). Elementele tehnicii corporale în gimnastică artistică, ritmică și dans, Editura GMI, Cluj Napoca. 3. Kulka, E., (2001). 1000 exercises et jeux de Gymnastique Rythmique, Editura Vigot, Paris. 4. Luca, A., (2002). Gimnastica Ritmică, Editura Universității “Al.I.Cuza”, Iași. 5. Macovei, S., Buțu O., (2017). Metodica predării Gimnasticii Ritmice în școală, Editura Bren, București. 6. Manos, M., (2008). Gimnastica Ritmică de Performanță, Editura Bren, București. 7. Moraru, C., (2007). Gimnastica Ritmică în școală, Editura Pim, Iași. 		

8. Coraborarea conținuturilor disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității epistemice, asociațiilor profesionale și angajatori reprezentativi din domeniul aferent programului

<ul style="list-style-type: none"> • Conținutul disciplinei este coroborat așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (Inspectoratul Școlar Județean, Cluburi Sportive Școlare, Licee și Școli generale) respectând cerințele programei școlare din învățământul preuniversitar. • În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.
--

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	<ul style="list-style-type: none"> Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice gimnasticii ritmice. 	Evaluare orală	40%
	<ul style="list-style-type: none"> Conceperea și descrierea terminologică a unor programe specifice disciplinei 	Evaluare orală	20%
9.5 Seminar / laborator	<ul style="list-style-type: none"> Verificarea nivelului de execuție a elementelor și procedeele tehnice pentru proba practică 	Evaluare practică	20%
	<ul style="list-style-type: none"> Alcătuirea unei coregrafii din elementele și procedeele tehnice învățate 	Evaluare practică	20%
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> Fiecare criteriu de evaluare trebuie să fie notat cu minimum nota 5 pentru a putea promova disciplina 			
<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea și aplicarea mijloacelor de rezolvare a obiectivelor instructiv-educative și a structurilor de exerciții prevăzute în programa școlară în învățământul preuniversitar 			

Data completării
20. 09.2021

Titular de disciplină
Tabără Amânar Simona

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI FD1_KIN_BGJS_Volei

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Bazele generale ale jocului sportiv: Volei						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf.univ.dr. Grădinaru Sorin						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf.univ.dr. Grădinaru Sorin						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	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	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					58 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					15
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					15
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutoriat					14
Examinări					4
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	58				
3.8 Total ore pe semestru	100				
3.9 Numărul de credite	4				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> • Nu este cazul
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> • Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • Studenții nu se vor prezenta cursuri seminarii/laboratoare și cu telefoanele mobile deschise. De asemenea, nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs în vederea preluării apelurilor telefonice personale. • Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs și seminar/ laborator întrucât aceasta se dovedeste disructivă la adresa procesului educațional.
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Termenul predării lucrării de seminar este stabilit de titular de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe motive altfel decât obiectiv întemeiate. De asemenea, pentru predarea cu întârziere a lucrărilor de seminar/laborator, lucrările vor fi depunctate cu 1 pct./zi de întârziere.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> • Cursul are menirea de a prezenta metodică de învățare și consolidare a acțiunilor de joc, precum și modul de organizare și desfășurare a competițiilor sportive. • Deprinderea de a stăpâni la nivel de avansați a principalelor acțiuni de joc și a metodicii de învățare și consolidare.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea capacității de aplicare în jocuri cu efective reduse. • Formarea capacității de aplicare în joc cu respectarea regulamentului. • Priceperi de metodist.
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. • Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
Apariția și dezvoltarea jocului de volei. Voleiul în România și contribuția țării noastre la	Prelegerea Conversații	- Adam, V. (2004) Inițiere în jocul de volei, Editura ANDREAS, București, pag. 13-29 - Bâc, O.(1999) Volleyball, Editura Universității din Oradea, pag.7-41

dezvoltarea acestuia. Caracteristici, structură (2 ore) 3Oc, 5Oc		- Păcuraru, Al. (1999) VOLEI. Teorie și Metodică, Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați, pag. 1-11
Ațiuni individuale în volei – particularități și sistematizare (4 ore) 1Oc, 2Oc	Prelegerea Conversația	- Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) VOLEI tehnică-tactică, Editura Eurobit, Timișoara, pag. 25-83 - Moț, Doina (2007) VOLEI – tehnica jocului, Editura Eurobit, Timișoara, pag.4-66
Ațiuni colective – tactica colectivă (4ore) 1Oc, 4Oc	Prelegerea Conversația	- Bâc, O.(1999) Volleyball, Editura Universității din Oradea, pag.42-92 - Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) VOLEI tehnică-tactică, Editura Eurobit, Timișoara, pag.84-103
Regulamentul jocului de volei (4 ore) 6Oc	Prelegerea Conversația	- Bâc, O. și colab. (2002) Volleyball-ul în kinetoterapie, Editura Universității din Oradea, pag.58-99 - Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) VOLEI tehnică-tactică, Editura Eurobit, Timișoara, pag.105-152
<p>Bibliografie:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Adam, V. (2004) Inițiere în jocul de volei, Editura ANDREAS, București. 2. Bâc, O.(1999) Volleyball, Editura Universității din Oradea. 3. Bâc, O. și colab. (2002) Volleyball-ul în kinetoterapie, Editura Universității din Oradea. 4. Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) VOLEI tehnică-tactică, Editura Eurobit, Timișoara. 5. Moț, Doina (2007) VOLEI – tehnica jocului, Editura Eurobit, Timișoara. 6. Păcuraru, Al. (1999) VOLEI. Teorie și Metodică, Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați. 		
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Organizarea materială pentru lecții. (2 ore) 3Oap, 3Oat	Demonstrația Exersarea	-Se lucrează individual și în grup
Jocul de volei: generalități, scopul jocului, terenul de joc, zone și spații, acțiuni de joc. Acomodarea cu dimensiunile terenului – deplasări specifice. Poziția fundamentală – mișcarea în teren. (2 ore) 3Oap, 3Oat	Demonstrația Exersarea	-Se lucrează individual și în grup
Pasa cu două mâini de sus – ex. pregătitoare, ex. globale în 2 și 3 jucători. Pasa cu două mâini de jos. (2 ore) 1Oap, 1Oat, 2Oap, 2Oat	Demonstrația Exersarea	--Se lucrează individual și în grup
Serviciul de sus din față – ex. globale. Joc bilateral 3-3 pe jumătate de teren utilizând cele 3 acțiuni însușite . (2 ore) 4Oap, 4Oat, 6Oap, 6Oat	Demonstrația Exersarea	-Se lucrează individual și în grup

Lovitura de atac – generalități, execuții fără minge, execuții globale (la minge ținută, aruncată, din pasă). (2 ore) 1Oap, 1Oat, 2Oap, 2Oat	Demonstrația Exersarea	-Se lucrează individual și în grup
Blocaj individual – ex. globale, atac – blocaj. Serviciu – preluare din serviciu (a nu se neglija preluarea de sus). (2 ore) 1Oap, 1Oat, 2Oap, 2Oat	Demonstrația Exersarea	-Se lucrează individual și în grup
Plonjonul – diferențiat fete – băieți (facultativ). (2 ore) 1Oap, 1Oat, 2Oap, 2Oat	Demonstrația Exersarea	-Se lucrează individual și în grup
Mijloace specifice jocului de volei care pot fi adaptate și utilizate în kinetoterapie (4 ore) 3Oap, 3Oat, 4Oat, 4Oap	Demonstrația Exersarea	-Se lucrează individual și în grup
Volei „în așezat”. Volei „în stând” (2 ore) 3Oap, 3Oat, 4Oat, 4Oap	Exersarea	-Se constituie echipe echilibrate valoric; -Accent pe dispunerea jucătorilor în teren în cele două situații fundamentale de joc
Joc bilateral 4-4 (după modelul jocului de minivolei). (4 ore) 4Oap, 4Oat, 5Oap, 5Oat, 6Oap, 6Oat	Exersarea	-Se constituie echipe echilibrate valoric; -Accent pe dispunerea jucătorilor în teren în cele două situații fundamentale de joc
Joc bilateral 6-6 (după modelul jocului competițional). (4 ore) 4Oap, 4Oat, 5Oap, 5Oat, 6Oap, 6Oat	Exersarea	-Se constituie echipe echilibrate valoric; -Accent pe dispunerea jucătorilor în teren în cele două situații fundamentale de joc
Bibliografie :		
<ol style="list-style-type: none"> Adam, V. (2004) Inițiere în jocul de volei, Editura ANDREAS, București. Bâc, O.(1999) Volleyball, Editura Universității din Oradea. Bâc, O. și colab. (2002) Volleyball-ul în kinetoterapie, Editura Universității din Oradea. Grădinaru, S., Mergheș, P. (2010) VOLEI tehnică-tactică, Editura Eurobit, Timișoara. Moț, Doina (2007) VOLEI – tehnica jocului, Editura Eurobit, Timișoara. Păcuraru, Al. (1999) VOLEI. Teorie și Metodică, Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”, Galați. 		

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	<ul style="list-style-type: none">- Însușirea conținutului cursului- Atitudinea față de disciplină	<ul style="list-style-type: none">Observarea curentăTestarea cunoștințelor	50%
9.5 Seminar / laborator	<ul style="list-style-type: none">- Însușirea deprinderilor specifice- Criteriul progresului realizat	<ul style="list-style-type: none">Probe de control	50%
9.6 Standard minim de performanță			
- Stăpânirea acțiunilor de joc și a conținutului cursului la nivel minimal.			

Data completării
14.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Biomecanică						
Platforma	google classroom cod 3xuraye						
videocoferinta	https://meet.google.com/wdq-gcoo-bej						
2.2 Titularul activităților de curs	Conf. Dr. Pantea Corina						
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. Dr. Pantea Corina						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DS/DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	4	din care: 3.2 curs	2	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5 curs	28	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					94 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					30
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					30
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					30
Tutoriat					2
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	94				
3.8 Total ore pe semestru	150				
3.9 Numărul de credite	6				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	<ul style="list-style-type: none"> anatomie
4.2 de competențe	<ul style="list-style-type: none"> nu e cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> Cursul se va desfășura online datorită condițiilor epidemiologice actuale (în amfiteatru doar în situația în care pot fi asigurate normele de distanțare prevazute de normativele în vigoare la data începerii anului universitar - fiind un curs comun la cele 3 specializări ale facultății) Sunt utilizate: prezentări video Studentii nu se vor prezenta cursuri / lucrări practice cu telefoanele mobile deschise. De asemenea, nu vor fi tolerate convorbirile telefonice în timpul cursului / lucrărilor practice, nici părăsirea de către studenți a sălii de curs / lucrări practice în vederea preluării apelurilor telefonice personale; Nu va fi tolerată întârzierea studenților la curs / lucrări practice întrucât aceasta se dovedește distructivă la adresa procesului educațional; Prezența la curs este obligatorie 50%; conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> Prezență obligatorie 100%; conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență Sunt utilizate următoarele materiale didactice: mulaje, programe interactive de anatomie și biomecanică, goniometre, scoliometre, programe de analiza a mișcării Prezentarea referatului Termenul predării referatelor sau altor teme stabilite în cadrul orelor de lucrări practice este stabilit de titularul cursului/lucrărilor practice de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe motive altfel decât obiectiv întemeiate. De asemenea, pentru predarea cu întârziere a temelor, acestea vor fi depunctate cu 1 punct/zi de întârziere. Efectuarea obligatorie a bilanțului articular pentru articulațiile membrului superior, a membrului inferior și a coloanei vertebrale.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> ● Cursul are menirea de a familiariza studenții cu biomecanica principalelor articulații ale corpului, cu regiunile topografice ale corpului și de a forma capacitatea de a descrie din punct de vedere biomecanic principalele mișcări ale corpului în cadrul activității fizice.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> ● Să definească și să utilizeze terminologia biomecanicii; ● Să recunoască și să înțeleagă caracteristicile mișcărilor; ● Să demonstreze și să explice tehnica de execuție a unei mișcări (unui exercițiu) dintr-un sport la alegere ● Să cunoască și să înțeleagă mișcările la nivelul fiecărei articulații ● Să explice din punct de vedere biomecanic pozițiile fundamentale din gimnastică ● Să interpreteze modificările biomecanice survenite în organism sportivului în urma unor accidentări și aplicarea unui program de antrenament adaptat perioadei posttraumatice ● Formarea capacității și a obișnuinței de practicare sistematică și independentă a exercițiilor fizice în scop igienic și reconfortant; ● Să explice rolul profilactic al exercițiilor de dezvoltare fizică armonioasă ● Să explice principalele mișcări ale corpului în spațiu din punct de vedere biomecanic. ● Să demonstreze și să explice tehnica de efectuare a bilanțului articular ● Să realizeze o continuă îmbunătățire a pregătirii profesionale prin studierea literaturii de specialitate, a noilor metode și tehnici folosite în recuperarea pacienților ● Să explice exercițiile fizice folosite în recuperare și rolul lor în biomecanica mișcării ● Să explice exercițiilor fizice utilizate pentru recuperarea diferitelor deficiențe fizice ● Să conceapă programe de antrenament fizic pentru îmbunătățirea condiției fizice, a tehnicii specifice sportului practicat cunoscând biomecanica acestuia și corectând în același timp o serie de greșeli prin explicarea mișcării corecte din punct de vedere biomecanic ● Să manifeste interes pentru aplicarea în practică a noilor metode de analiză biomecanică a mișcării.
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> ● Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. ● Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. ● Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. ● Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Noțiuni generale de biomecanică – terminologie, planuri , axe de mișcare (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prelegerea va fi interactivă, De consultat: 1. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 3-27 2. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara, pag 2-82 3. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins pag.2-6; 55-60 4. Lippert Lynn (2011) - Clinical Kinesiology and Anatomy, Editura F.A. Davis Company, fifth edition, pag. 3-11
2. Noțiuni generale de biomecanică – centrul de greutate, bază de susținere, echilibru (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	Prelegerea va fi interactivă, De consultat: 1. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 3-27 2. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara, pag 2-82 3. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists,

		<p>Editura Lippincott Williams &Wilkins pag.2-6; 55-60</p> <p>4. Lippert Lynn (2011) - Clinical Kinesiology and Anatomy, Editura F.A. Davis Company, fifth edition, pag. 3-11</p>
3. Mușchi, proprietăți, tipuri de contracție (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 3-27 2. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara, pag 2-82 3. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins pag.2-6; 55-60 4. Lippert Lynn (2011) - Clinical Kinesiology and Anatomy, Editura F.A. Davis Company, fifth edition, pag. 3-11
4. Forțe interne, pârghii, mișcare activă/pasivă (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 3-27 2. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara, pag 2-82 3. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation

		<p>for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins pag.2-6; 55-60</p> <p>4. Lippert Lynn (2011) - Clinical Kinesiology and Anatomy, Editura F.A. Davis Company, fifth edition, pag. 3-11</p> <p>Prelegerea va fi interactivă,</p>
<p>5. Forțe externe, lanț cinematic deschis/închis (2 ore) (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 3-27 2. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara, pag 2-82 3. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins pag.2-6; 55-60 4. Lippert Lynn (2011) - Clinical Kinesiology and Anatomy, Editura F.A. Davis Company, fifth edition, pag. 3-11
<p>6. Descrierea din punct de vedere biomecanic a pozițiilor fundamentale din gimnastică (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara, pag.82-97 2. Blandine Calais-Germain (2009) - Anatomie pentru mișcare, vol I, Editura Polirom Iași, pag.13-36
<p>7. Biomecanica mersului, alergării, săriturii, aruncării (4 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu

		<p>aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara, pag. 97-129</p> <p>2. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams & Wilkins, third edition pag 299-463</p> <p>3. Lippert Lynn (2011) - Clinical Kinesiology and Anatomy, Editura F.A. Davis Company, fifth edition, pag. 3-11; 93-111; 329-355</p>
8. Anatomia, biomecanica și testarea articulațiilor coloanei vertebrale (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <p>1. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company, pag. 183-267</p> <p>2. Blandine Calais-Germain (2009) - Anatomie pentru mișcare, vol I, Editura Polirom Iași, pag.36-79</p> <p>3. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams & Wilkins, pag 247-302</p> <p>4. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams & Wilkins, third edition, pag 259-299</p> <p>5. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion <i>A Guide to Goniometry</i>, fourth edition, by F. A. Davis Company, pag 319-392</p>

<p>9. Anatomia, biomecanica și testarea articulațiilor de la nivelul umărului (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru superior, Editura Mirton, Timișoara, pag. 23-33, 75-82. 2. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion A Guide to Goniometry, fourth edition, by F. A. Davis Company, pag 57-91 3. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company, pag. 47-79 4. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule I, editia a 6a, Editura Maloine, Paris, pag. 10-80 5. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 139-187 6. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins, pag 75-121
<p>10. Anatomia, biomecanica și testarea articulațiilor de la nivelul cotului (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru superior, Editura Mirton, Timișoara, 33-39, 82-86. 2. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) -

		<p>Measurement of Joint Motion <i>A Guide to Goniometry</i>, fourth edition, by F. A. Davis Company, pag 91-115</p> <p>3. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company, pag 79-99</p> <p>4. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule I, editia a 6a, Editura Maloine, Paris, pag. 80-136</p> <p>5. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams & Wilkins, third edition, pag 139-187</p> <p>6. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams & Wilkins, pag 125-182</p>
11. Anatomia, biomecanica și testarea articulațiilor mâinii (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <p>1. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru superior, Editura Mirton, Timișoara, pag. 39-48, 89-100.</p> <p>2. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company, pag. 99-141</p> <p>3. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion <i>A Guide to Goniometry</i>, fourth edition,</p>

		<p>by F. A. Davis Company, pag 115-191</p> <p>4. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule I,II,III, editia a 6a, Editura Maloine, Paris, pag. 138-288</p> <p>5. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 139-187</p> <p>6. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins, pag 125-182</p>
12. Anatomia, biomecanica și testarea articulației coxofemorale (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <p>1. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion A Guide to Goniometry, fourth edition, by F. A. Davis Company, pag 197-241</p> <p>2. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru inferior, Editura Mirton, Timișoara, pag. 7-13, 56-61</p> <p>3. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company, pag. 295-329</p> <p>4. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule II, editia a 6a, Editura Maloine, Paris, pag. 14-76</p> <p>5. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura</p>

		<p>Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 187-259</p> <p>6. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins, pag 307-366</p>
13. Anatomia, biomecanica și testarea articulației genunchiului (2 ore)	prelegere, prezentare powerpoint	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion <i>A Guide to Goniometry</i>, fourth edition, by F. A. Davis Company, pag. 241-263 2. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru inferior, Editura Mirton, Timișoara, pag 13-21, 61-64 3. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company, pag. 329-341 4. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule II, editia a 6a, Editura Maloine, Paris, pag. 76-160 5. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 187-259 6. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins, pag 307-366

<p>14. Anatomia, biomecanica și testarea articulațiilor piciorului (2 ore)</p>	<p>prelegere, prezentare powerpoint</p>	<p>Prelegerea va fi interactivă, De consultat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion A Guide to Goniometry, fourth edition, by F. A. Davis Company, pag. 263-300 2. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru inferior, Editura Mirton, Timișoara, pag 22-32, 64-77 3. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule II, editia a 6a, Editura Maloine, Paris, pag 160-224 4. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams &Wilkins, third edition, pag 187-259 5. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins, pag 371-392 6. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company, pag. 341-377
<p>Bibliografie :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company 2. Buckup K (2016) - Clinical Tests for the Musculoskeletal System – Examination, Signs, Phenomena, Editura Thieme, Stuttgart, 3rd edition 3. Blandine Calais-Germain (2009) - Anatomie pentru mișcare, vol I+II, Editura Polirom Iași 4. Christy Cael (2010) - Functional Anatomy – Musculoskeletal Anatomy, Kinesiology and Palpation for Manual Therapists, Editura Lippincott Williams &Wilkins 5. Gross J, Fetto J, Rosen E (2009) - Musculoskeletal Examination, Editura Wiley-Blackwell 		

<p>6. Hamill J, Knutzen K (2009) - Biomechanical Basis of Human Movement, Editura Lippincott Williams & Wilkins, third edition</p> <p>7. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule I,II,III, editia a 6a, Editura Maloine, Paris</p> <p>8. Lippert Lynn (2011) - Clinical Kinesiology and Anatomy, Editura F.A. Davis Company, fifth edition</p> <p>9. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion <i>A Guide to Goniometry</i>, fourth edition, by F. A. Davis Company</p> <p>10. Oravițan Mihaela (2003) - Ghid de anatomie aparatul locomotor, Editura Mirton, Timișoara</p> <p>11. Pantea Corina (2008) - Ghid de anatomie topografică, Editura Mirton, Timișoara</p> <p>12. Pantea Corina (2009) - Elemente de biomecanică cu aplicații în sport și kinetoterapie, Editura Politehnica, Timișoara</p> <p>13. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru superior, Editura Mirton, Timișoara</p> <p>14. Pantea Corina (2013) – Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru inferior, Editura Mirton, Timișoara</p> <p>15. Papilian, V (2010) - Anatomia omului, vol 1+2, ediția aXIIa, Editura ALL, București</p> <p>16. Sobotta, J., Putz R, Pabst R (2009) - Sobotta Atlas of Human Anatomy, vol I+II, Editura Medica Panamericana</p> <p>17. Susan Standring (2008) - Gray's Anatomy – The Anatomical Basis of Clinical Practice, Editura Churchill Livingstone Elsevier</p> <p>18. Taboadela Claudio (2007) - Goniometria – una herramienta para la evaluación de las incapacidades laborales, Editura Asociat ART</p>		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Descrierea din punct de vedere biomecanic a principalelor mișcări ale corpului în spațiu (2 ore)	Prelegere Dezbateri	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice și să descrie din punct de vedere biomecanic mișcările studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Descrierea de vedere biomecanic a unor exerciții din gimnastică sau orice sport individual / echipă (4 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor prezenta o filmare cu execuția corectă și una cu execuția greșită a exercițiului care vor fi analizate și introduse în programul kinovea pentru a realiza kinograma	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice și să descrie din punct de vedere biomecanic exercițiile studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Analiza biomecanică a mersului, alergării, aruncării, săriturii (2 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor prezenta o filmare cu execuția corectă și una cu execuția greșită a exercițiului care vor fi analizate și introduse	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să exemplifice și să descrie din punct de vedere biomecanic mișcările studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca

	în programul kinovea pentru a realiza kinograma	studenții să studieze referințele aferente cursului
Prezentarea noțiunilor de bază privind anatomia, biomecanica articulațiilor de la nivelul coloanei cervicale, lombare și efectuarea practică a bilanțului articular al coloanei vertebrale Stabilirea mușchilor agoniști, antagoniști și sinergiști (4 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor realiza practic măsurarea amplitudinii de mișcare	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Prezentarea noțiunilor de bază privind anatomia, biomecanica și efectuarea practică a bilanțului articular la nivelul membrului superior: articulația scapula-humerală (2 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor realiza practic măsurarea amplitudinii de mișcare	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Prezentarea noțiunilor de bază privind anatomia, biomecanica și efectuarea practică a bilanțului articular la nivelul membrului superior: articulația cotului (2 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor realiza practic măsurarea amplitudinii de mișcare	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Prezentarea noțiunilor de bază privind anatomia, biomecanica și efectuarea practică a bilanțului articular la nivelul membrului superior: articulațiile mâinii (2 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor realiza practic măsurarea amplitudinii de mișcare	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Stabilirea mușchilor agoniști, antagoniști și sinergiști pentru mișcările articulațiilor scapulo-humerală, cotului și radiocarpiană (2 ore)	Dezbateri	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate.

		Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Prezentarea noțiunilor de bază privind anatomia, biomecanica și efectuarea practică a bilanțului articular al membrului inferior: articulația coxofemurală (2 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor realiza practic măsurarea amplitudinii de mișcare	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Prezentarea noțiunilor de bază privind anatomia, biomecanica și efectuarea practică a bilanțului articular al membrului inferior: articulația genunchiului (2 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor realiza practic măsurarea amplitudinii de mișcare	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Prezentarea noțiunilor de bază privind anatomia, biomecanica și efectuarea practică a bilanțului articular al membrului inferior: articulațiile piciorului (2 ore)	Studenții vor prezenta de referate Dezbateri Demonstrație Studenții vor realiza practic măsurarea amplitudinii de mișcare	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Stabilirea mușchilor agoniști, antagoniști și sinergiști pentru mișcările articulațiilor scapulo-humerală, cotului și radiocarpiară (2 ore)	Dezbateri	Predarea va fi interactivă, studenții fiind solicitați să identifice, să descrie elementele anatomice și să exemplifice mișcările la nivelul articulațiilor studiate. Pentru derularea lucrării practice este necesar ca studenții să studieze referințele aferente cursului
Bibliografie :		
1. Beeryman Reese Nancy, Bandy W (2010) - Joint Range of Motion and Muscle Length Testing, editia a 3a Editura W.B. Saunders Company		

2. Buckup K (2016) - Clinical Tests for the Musculoskeletal System – Examination, Signs, Phenomena, Editura Thieme, Stuttgart, 3rd edition
3. Blandine Calais-Germain (2009) - Anatomie pentru mișcare, vol I+II, Ed. Polirom Iași
4. Kapandji, I.A. (2012) - Physiologie articulaire, fascicule I,II,III, editia a 6a, Editura Maloine, Paris
5. Cynthia C. Norkin, D. Joyce White (2009) - Measurement of Joint Motion *A Guide to Goniometry*, fourth edition, by F. A. Davis Company
6. Pantea Corina (2013)- Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru superior, Editura Mirton Timișoara,
7. Pantea Corina (2013)- Ghid practic de artrologie, miologie și goniometrie membru inferior, Editura Mirton Timișoara,
8. Taboadela Claudio (2007) - Goniometria – una herramientapara la evaluacion de las incapacidades laborales, Ed Asociart ART

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	Test grilă Sarcină obligatorie	Test grilă de evaluare a cunoștințelor pe baza informațiilor prezentate la curs și în bibliografia prezentată în fișa disciplinei. (G)	50%
9.5 Seminar / laborator	Prezentarea și susținerea referatului Sarcină obligatorie	Referat: Studenții vor prezenta un referat cu tematică și data susținerii stabilite în prima oră de lucrări practice . Referatul va fi predat în momentul susținerii.(R)	20%
	Prezentarea kinogramelor și a tabelelor cu mușchii agoniști, antagoniști și sinergiști ai mișcărilor articulare Sarcină obligatorie	Evaluarea activității în timpul semestrului: Prezentarea tabelelor mușchii agoniști, antagoniști și sinergiști ai mișcărilor articulațiilor membrului superior, inferior și a coloanei. Prezentarea kinogramelor și a analizei biomecanice pentru diferite exerciții fizice (A)	10%

	Test de evaluare a cunoștințelor discutate în cadrul orelor de lucrări practice. Sarcină obligatorie	Evaluare scrisă 4 teste de verificare a cunoștințelor discutate în cadrul orelor de lucrări practice. (T1,T2,T3,T4)	20%
9.6 Standard minim de performanță			
<p>Pentru a putea calcula nota finală este necesar ca la fiecare formă de evaluare (test grilă, nota referat, media testelor de la LP, nota de la activitatea pe parcursul semestrului) să se obțină nota de promovare 5 (cinci).</p> <p>Nota finală = Nota test grilă (G) x 0,5 + Referat (R) x 0,2 + (T1+T2+T3+T4)/4 x 0,2 + Activitate (A) x 0,1</p> <p>Absența la testul grilă (sarcină obligatorie) înseamnă absență de la examen, indiferent de punctajul total cumulat până în acel moment, cu excepția situațiilor de mărire de notă.</p> <p>Prezentarea și susținerea referatului (sarcină obligatorie) este o condiție pentru susținerea examenului scris - testul grilă.</p> <p>Termenul predării referatelor sau altor teme stabilite în cadrul orelor de lucrări practice este stabilit de titularul cursului/lucrărilor practice de comun acord cu studenții. Nu se vor accepta cererile de amânare a acestuia pe motive altfel decât obiectiv întemeiate. De asemenea, pentru predarea cu întârziere a temelor, acestea vor fi depunctate cu 1 punct/zi de întârziere.</p> <p>Îndeplinirea criteriului de frecvență la curs și lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examen la testul grilă.</p> <p>În cazul în care evaluatorii constată situații în care studentul plagiază, punctajul acordat pentru referat va fi egal cu zero, această situație aducând după sine interzicerea participării la examenul scris până când nu se predă un nou referat care să respecte regulile de scriere și citare. În plus, studentul respectiv va fi penalizat cu 2 de puncte din nota finală, penalizarea reportându-se inclusiv în sesiunile ulterioare (de restanță sau de mărire de notă).</p> <p>Evaluarea în sesiunea de restanțe și măririle de notă se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului. Referatul reprezintă o condiție obligatorie de promovare a disciplinei.</p>			

Data completării
20.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Departamentul de kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Comunicare și relaționare terapeutică						
2.2 Titularul activităților de curs	Psih. dr. Alexandru Boncu						
2.3 Titularul activităților de seminar	Psih. dr. Alexandru Boncu						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	E	2.7 Regimul disciplinei	DC/DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp:					33 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					8
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					4
Examinări					3
Alte activități					-
3.7 Total ore studiu individual	33				
3.8 Total ore pe semestru	42+33=75				
3.9 Numărul de credite	3				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	• Prezența este obligatorie 50%
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	• Sală prevăzută cu videoproiector

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	Capacitatea de adaptare a terminologiei și a strategiilor de comunicare în funcție de categoriile socio-profesionale vizate.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> Capacitatea de a aplica cunoștințele dobândite la situații cu un grad mediu de complexitate și de a formula concluzii de specialitate bine argumentate.
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> Capacitatea de a lucra independent (eventual cu o minimă îndrumare) pentru obținerea informațiilor. Au deprins strategiile de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă, de punctualitate și răspundere personală față de rezultat, pe baza principiilor, normelor și valorilor codului de etică profesională. Dezvoltarea unor abilități de autocontrol permanent și conștient cu privire la motivațiile pentru învățare, prin raportare la propriile obiective de dezvoltare profesională și personală.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
C1. Curs introductiv	Prelegere, studii de caz	Creionarea așteptărilor studenților și profesorului. Enunțarea criteriilor de evaluare
C2. Introducere în comunicare și relaționare terapeutică	Prelegere, studii de caz	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap I, II, III; pag. 15-78)
C3. Comunicarea intrapersonală și interpersonală	Prelegere, studii de caz	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap V, VI; pag. 85-108)
C4. Abilități de comunicare aplicate în kinetoterapie	Prelegere, studii de caz	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap X; pag. 153-184)
C5. Bariere de comunicare în procesul terapeutic	Prelegere, studii de caz	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap IX; pag. 143-152)
C6. Comunicarea din perspectiva psihoterapiilor	Prelegere, studii de caz	Se vor discuta diferite stitluri de abordare a comunicării cu pacientul prin prisma unor perspective psihoterapeutice diferite
C7. Statutul și rolul Kinetoterapeutului în societate	Prelegere, studii de caz	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap XII; pag. 203-228)
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
L1. Laborator introductiv	Aplicații, studiu de caz, exerciții	Identificarea nevoilor și intereselor participanților raportat la conținutul laboratorului. Stabilirea regulilor de lucru în grup.
L2. Tehnici și abilități academice	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Bogathy, Z. & Sulea, C. (coord.)(2008). Manual de tehnici și abilități academice — ediția a doua revăzută și adăugită. Timișoara: Editura Universității de Vest.

L3. Tehnici creative de implicare a grupului I	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Munteanu A. (1994), Incursiuni în creatologie, Timișoara, Editura Augusta;
L4. Tehnici creative de implicare a grupului II	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Munteanu A. (1994), Incursiuni în creatologie, Timișoara, Editura Augusta;
L5. Gestionarea conflictelor	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap XI; pag. 185-202)
L6. Comunicarea asertivă, pasivă și agresivă.	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap X; pag. 158-166)
L7. Comunicarea verbală și non-verbală	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap II și III; pag. 35-72)
L8. Comunicarea în grup	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap VII; pag. 109-122)
L9. Aplicații	Aplicații, studiu de caz, exerciții	
L10. Aplicații	Aplicații, studiu de caz, exerciții	
L11. Tehnici terapeutice: ascultarea, reformularea	Aplicații, studiu de caz, exerciții	De citit: Rusu, O. (2017). Comunicare și relaționare în kinetoterapie. Ed. Universității Alexandru Ioan Cuza, Iași. (Cap X; pag. 166-172)
L12. Empatie și comunicare prin emoții	Aplicații, studiu de caz, exerciții	Empatia. Încrederea în celălalt. Comunicare profesională și terapeutică. Rolul și importanța comunicării non-verbale în relația cu celălalt. Formularea întrebărilor
L13. Tehnici de comunicare cu copiii	Aplicații, studiu de caz, exerciții	Kolucki, B., & Lemish, D. (2011). Communicating with children. Principles and.
L14. Evaluare și feedback	Aplicații, studiu de caz, exerciții	Realizări versus așteptări. Propuneri pentru îmbunătățiri.

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

--

9. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
----------------	----------------------	--------------------	-------------------------

9.1 Curs	Examen de tip grilă și sinteză a principalelor subiecte studiate	Se va da un examen la final de semestru în care vor fi evaluate competențele acumulate la disciplina Comunicare și Relaționare Terapeutică	50 de puncte
9.2 Seminar / laborator	Realizarea unei prezentari de grup care sa includa o activitate pe care să o desfășurați cu colegii de grupă		30 de puncte
9.3 Curs + laborator	Prezențe	Se va obține câte un punct pentru fiecare prezență de la curs și seminar.	15 de puncte
9.4 Curs + laborator	Implicare în activități la curs și seminar	Se va obține câte un punct pentru orice implicare/intervenție la curs și seminar pe care profesorul o consideră utilă	10-20 puncte
Bonus	Cercetare	Se pot obține puncte pentru participarea la o cercetare	10-20 de puncte
10.6 Standard minim de performanță			
<p>Nota finală se calculează prin însumarea punctelor obținute și transformarea acestora în note, după cum urmează:</p> <p>90 – 115 = 10 80 – 89 = 9 70 – 79 = 8 60 – 69 = 7 50 – 59 = 6 40 – 49 = 5</p>			

Data completării
17.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei			Dans				
2.2. Titularul activităților de curs							
2.3. Titularul activităților de seminar			Asist. drd. Domokos Cerasela				
2.4. Anul de studii	I	2.5. Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	Vp	2.7. Regimul disciplinei	DS DO

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					22 ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					5
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren					5
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Examinări					2
Tutorat					2
Alte activități					
3.7. Total ore studiu individual	22				
3.8. Total ore pe semestru	50				
3.9. Număr de credite	2				

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	-
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	● Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență

	<ul style="list-style-type: none"> ● Sala de gimnastică dotată cu aparatura necesară pentru desfășurarea activităților practice plus aparatură audio; ● Telefoanele trebuie puse pe modul silențios ● Echipament sportiv adecvat; ● Obligatorietate de a-si gasi partener/parteneră.
--	--

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei in FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> ● dezvoltarea corectă, armonioasă și expresivă a corpului; ● îmbogățirea permanentă a motricității studenților; ● înzestrarea studenților cu tehnici de bază specifice disciplinei ● perfecționarea și aplicarea mișcărilor naturale; ● educarea și formarea deprinderilor și aptitudinilor de bază a calităților de expresie corporală, de comunicare nonverbale; ● înțelegerea și cunoașterea corpului, ca instrument în creațiile artistice; · personalizarea și expresivitatea mișcării
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> ● Să definească și să utilizeze terminologia gimnasticii, dansului și euritmiei; ● Să definească și să înțeleagă fenomenul ritmic; ● Implicarea în activități extrascolare și interdisciplinare; ● Formarea capacității si obișnuinței de practicare sistematică și independentă a exercițiilor fizice în scop igienic și reconfortant; ● Să manifeste interes pentru formare simțului estetic al mișcării. ● Să redea expresiv prin mișcare și sunet stările interioare. ● Să optimizeze mijloacele folosite în educarea ritmului și relaționarea mișcării cu sunetul ● Capacitatea de realizare a compozițiilor coregrafice specifice
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> · Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. · Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. ● Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. ● Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. ● Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi*

7.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Prezentarea cerințelor stabilite pentru disciplina studiată; Noțiuni de bază; Educație muzicală. Exerciții de front și formație: poziția	Exercițiul, explicația demonstrația	Se lucreaza pe rânduri din deplasare

corectă a corpului, deplasări, opriri, întoarceri, jocuri de atenție. Formarea capacității de a da comenzile pe acompaniament muzical		
2. Prezentare stiluri de dans din categoria standard. Educație muzicală vals lent, prezentare pașii specifici vals lent, algoritm de învățare primii 3 pași, ambidextrie	Exercițiul, explicația demonstrația	Se lucrează pe rânduri din deplasare, frontal, pe perechi. Se execută pașii fără muzică/ cu muzică
3. Educație muzicală vals lent, consolidarea primilor 3 pași de bază din vals lent, învățarea încă 3 pași, legarea celor 6 pași, ambidextrie	Exercițiul, explicația demonstrația	Se lucrează pe rânduri din deplasare, frontal, pe perechi. Se execută pașii fără muzică/ cu muzică
4. Consolidare pașii 1-6 individual și în legare, ambidextrie, învățarea ultimilor 3 pași, legarea celor 9 pași, ambidextrie	Exercițiul, explicația demonstrația	Se lucrează pe perechi. Se execută pașii cu acompaniament muzical
5. Prezentare stiluri de dans din categoria latino. Educație muzicală cha-cha, prezentare pașii specifici cha-cha, învățare	Exercițiul, explicația demonstrația	Se lucrează pe rânduri fără deplasare, fără muzică/ cu sunete ajutătoare
6. Exerciții de bază cu caracter de forță, mobilitate și relaxare, la nivelul tuturor segmentelor corpului, exerciții de alternare de contracției și relaxare a mușchilor, exerciții de stretching;	Exercițiul, explicația demonstrația	4 ore
7. Însușirea unor complexe de exerciții de gimnastică aerobică specifică lecțiilor de educație fizică	Exercițiul, explicația demonstrația	2 ore
8. Alcătuirea programelor de gimnastică aerobică pentru începători și avansați.	Exercițiul, explicația demonstrația	4 ore
9. Formarea capacității de demonstrant și a metodologiei de predare a elementelor de bază din gimnastica aerobică	Exercițiul, explicația demonstrația	2 ore
10. Lecție de verificare a cunoștințelor: elaborarea și conducerea unui program de gimnastică aerobică	Exercițiul, explicația demonstrația	2 ore

Bibliografie:

1. Dewhurst-Maddor, O. (1998) Terapia prin sunete. București, Teora
2. Faur M., Aftimiciuc O. (2000) Jocuri muzicale, Tipografia "U", Timișoara,
3. Negry, G. (1986) Memoria dansului. București, Muzicală
4. Stoenescu, Ginetă (1995) Expresie corporală și dans, Societatea Ateneul Român – Universitatea Ecologică, București
5. Nastase, V. Dan (2011) Dans sportiv. Metodologia performantei- Paralela 45
6. Nastase, V. Dan (2011) Dansul sportiv. Compendiu din tehnică și tactică de bază- Paralela 45
7. Leonard Velcescu (2010) Les Daces dans la sculpture romaine- Etude d'iconographie antique
8. Costinel Mihaiu, Daniela Aducovschi (2016) Îndrumar de dans sportiv pentru studenți. secțiunea latino- Editura Universității Din București

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip de activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. Curs	-	-	-
10.5. Seminar/laborator	Prezența la oră Participare activă: Se înregistrează frecvența și valoarea interacțiunii la orele de lucrări practice.	Verificare practică	100%
10.6. Standard minim de performanță			
-	-	-	-

Data completării

Titular de disciplină

17.09. 2021

Data avizării în departament

Director de departament

21.09.2021

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Educație Fizică și Sportivă
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Educație ritmico-muzicală și euritmie						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Faur Mihaela-Liana						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	Vp	2.7 Regimul disciplinei	DS, DO

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:					22 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					5
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					5
Examinări					4
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru	28+22= 50				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	• Nu este cazul
4.2 de competențe	• Nu este cazul

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	•
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	• Prezență obligatorie conform regulamentului universitar și a scutirilor de frecvență

	<ul style="list-style-type: none"> • Sala de gimnastică dotată cu aparatura necesară pentru desfășurarea activităților practice plus aparatură audio-video. • Telefoanele trebuie puse pe modul silențios
--	---

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei

Cunoștințe	<p><i>Lucrările practice</i> au menirea de a:</p> <ul style="list-style-type: none"> - forma deprinderea de a executa structuri motrice complexe utilizând diferite tempo-uri și ritmuri – mijloacele expresivității muzicale. - forma obișnuința de practicare sistematică și independentă a exercițiilor ritmice în scopul exprimării unor stări de spirit și în scop reconfortant și recuperator. - Să definească și să utilizeze terminologia gimnasticii, dansului și euritmiei; - Să definească și să înțeleagă fenomenul ritmic și utilitatea lui în kinetoterapie. - Să explice caracteristicile fenomenului ritmic din punct de vedere didactic; - Să identifice relațiile dintre muzică, mișcare și poezie în manifestările sincretice.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> - Să conceapă complexe de dezvoltare fizică generală ținând cont de particularitățile de vârstă. - Să demonstreze și să explice mijloacele expresivității muzicale prin acțiuni motrice. - Să optimizeze mijloacele folosite în educarea ritmului și relaționarea mișcării cu sunetul - Să utilizeze diferite instrumente și obiecte pentru percuzie - Să redea expresiv prin mișcare și sunet, stările interioare.
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> - Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. - Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. - Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. - Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. - Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
Bibliografie :		
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1.Exerciții de front și formație: poziția corectă a corpului, deplasări, opriri, întoarceri, jocuri de atenție. Formarea capacității de a da comenzile pe acompaniament muzical (4 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea	Se lucrează frontal, individual folosind comanda și autocomanda
2.Însușirea și consolidarea elementelor din gimnastica ritmică formativă, corelarea lor cu acompaniamentul muzical.(4 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea	Se lucrează frontal cu acompaniament muzical

3.Realizarea unor compoziții cu elementele gimn. ritmice în scopul dezvoltării capacității de coordonare (4 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	Se lucrează frontal cu acompaniament muzical
4.Realizarea unor compoziții pentru accentuarea mijloacelor expresivității muzicale: ritm și tempo și utilizarea unor obiecte de percuție. (4 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	Studentii sunt puși în situații de a crea exerciții în 8timpuri cu: obiecte de percuție: minge, baston, tamburine, tobă
5.Însușirea unor jocuri muzicale utilizabile în lecția de educație fizică și kinetoterapie. (4 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Selectarea jocurilor pentru educarea aptitudinilor motrice Selecția jocurilor pe categorii de vârstă
6. Conceperea și descrierea unor complexe de dezvoltare fizică armonioasă pentru anumite vârste: ciclul primar, gimnazial. (4 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea	Exerciții specifice obiectelor portative folosite
7.Evaluarea deprinderilor motrice însușite în condiții de concurs (4 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea,	
Bibliografie : <ol style="list-style-type: none"> 1. Abadne Hauzer, H (1983) Gimnastica Ritmică – Sportivă, București, Sport - Turism 2. Dewhurst-Maddor, O. (1998) Terapia prin sunete. București, Teora 3. Faur, M., Gonczi-Raicu, M. (1994) Gimnastica ritmică-sportivă – Curs Timișoara, Tip. Univ 4. Faur, Mihaela 1996 Gimnastică și estetică, Timișoara, Mirton 5. Faur M., Aftimiciuc O. (2000) Jocuri muzicale, Tipografia “U”, Timișoara, 6. Negry, G. (1986) Memoria dansului. București, Muzicală 7. Stanislavski , K.S. (1951) Munca actorului cu sine însuși. Moscova, Ed. De Stat Pentru Literatură Și Artă 8. Stoenescu, Gineta (1995) Expresie corporală și dans, Societatea Ateneul Român – Universitatea Ecologică, București 9. Surlașiu L., Emandi D (1975) Noțiuni fundamentale de teorie muzicală. Vol.1,2, Timișoara 10. Wendt, H. (1976) Gymnastik ohne Handgerate, Berlin, Sportverlag 		

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

Prin studierea aprofundată a conținuturilor oferite de disciplina Educație ritmico-muzicală/euritmie, studenții vor dobândi abilitățile necesare aplicării ei în condiții variate conform programelor școlare în vigoare și corelat cu așteptările angajatorilor: Inspectoratul școlar Județean, Instituțiile de învățământ preuniversitar, asociații profesionale.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs			
9.5 Seminar / laborator	Criteriul progresului	Observarea curentă	60%

	Criteriul performanței	Executarea deprind. motrice în condiții de concurs	40%
9.6 Standard minim de performanță			
Cunoașterea în linii mari a problematicii LP			
<ul style="list-style-type: none">• Cunoașterea structurii ritmice a pasului de marș, polcă, vals• Realizarea a unor compoziții în măsura de 2/4, 3/4, 4/4.• Conceperea unui program/ complex de dezvoltare fizică armonioasă pentru ciclul primar sau gimnazial având și elemente de euritmie.			
Îndeplinirea criteriului de frecvență la lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examenul practic.			
Evaluarea în sesiunea de restanțe și măririle de notă se bazează pe același sistem de notare.			

Data completării
18.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament

Director de departament

21.09.2021

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Departamentul de kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială Fiziokinetoterapeut, Cod COR 226401 Kinetoterapeut, Cod COR 226405 Profesor de cultura fizică medicală, Cod COR 226406

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Haltre						
Platforma curs							
Link întâlnire online curs / seminar							
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților de seminar	Asist.univ.drd. Olaru Marius						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	Vp	2.7 Regimul disciplinei	DC/DF

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/lucrări practice	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	-	3.6 seminar/ lucrări practice	28
Distribuția fondului de timp:					22
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					8
Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități.....					
3.7 Total ore studiu individual					22
3.8 Total ore pe semestru					28+22=50
3.9 Numărul de credite					2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	•
5.2 de desfășurare a seminarului/laboratorului	•

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea căroră contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei in FD din

Cunoștințe	<ul style="list-style-type: none"> Cursul are menirea de formare a capacității studenților de a organiza și conduce o lecție de antrenament la haltere cât și folosirea diferitelor procedee tehnice din haltere în lecțiile de educație fizică. Cunoașterea și înțelegerea istoricului halterelor Cunoașterea și înțelegerea regulamentului Să cunoască, să înțeleagă și să utilizeze terminologia specificahalterelor Să identifice algoritmi însușirii mijloacelor halterelor
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea unui sistem de cunoștințe teoretice și de specialitate practicării halterelor Cunoașterea și înțelegerea procedeele tehnice și a diferitelor forme de antrenament Cunoașterea și înțelegerea conceptelor tactice Explicarea structurii unei lecții de antrenament Explicarea mai multor modele de pregătire a organismului pentru efort folosite în antrenamentele de judo Explicarea sistemelor de clasificare a procedeele tehnice din haltere Explicarea modului de execuție a procedeele tehnice dinhaltere din punct de vedere biomecanic Să demonstreze și să explice tehnica de execuție a mijloacelor halterelor
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
7.2 Seminar / laborator/ lucrări practice	Metode de predare	Observații
Prezentarea cerințelor disciplinei, noțiunilor de regulament și regulile de arbitraj	Prelegere. Explicație,	
Istoric. Evoluția halterelor în lume. Dezvoltarea sportului-haltere, în Romania.	Prelegere. Explicație,	
Noțiuni despre tehnică și regulament.	Prelegere. Explicație,	

Stilul smuls-prezentare-procedee de ridicare: forfecat-hochei Învățarea stilului smuls prin procedeele: foarfecă și hochei	Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea	
Stilul aruncat-prezentare-procedee de ridicare: forfecat-hochei Învățarea stilului aruncat prin procedeele: foarfecă și hochei	Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea	
Antrenamentul cu greutate-mijloc complementar de pregătire pt diferite ramuri de sport	Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea	
Dezvoltare forței musculare prin intermediul metodelor de antrenament cu greutate	Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea	
Dezvoltarea forței în haltere	Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea	
Metode de antrenament și probe de control în haltere. Recapitulare	Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea	
Bibliografie <ol style="list-style-type: none"> 1. M. V. Ulăreanu, Influența mijloacelor specifice asupra dinamicii formei sportive a halterofililor de performanță în ciclul anual de pregătire, 2014 2. M. V. Ulăreanu, Ghid metodic pentru inițierea tinerilor în sportul cu haltere, 2014 3. Adams, N Antrenamentul modern în haltere, 1988. 4. Forța în sportul de performanță 5. L. Baroga, Haltere de la Ala Z, 1985 		

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

- Conținuturile disciplinei pot fi integrate în programele de învățământ ale tuturor ciclurilor curriculare.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs	-	-	-
	-	-	-
9.5 Seminar / laborator	Criteriul progresului, C. privind nivelul de însușire a conținutului	Evaluarea finală – practic Referate Dezbateri Observarea curentă	60% 15% 15% 10%
	Criteriul performanței	Executarea deprind. motrice în condiții de concurs	

9.6 Standard minim de performanță

- Cunoașterea în linii mari din punct de vedere teoretic a problematicii lucrărilor practice.
- Cunoașterea unor tipuri de exerciții de învățare a tehnicii de imobilizare și a tehnicii de picior.
- Conceperea unui program/ complex de dezvoltare fizică armonioasă pentru ciclul primar sau gimnazial având și elemente de judo.

Data completării
1.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Departamentul de kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială Fiziokinetoterapeut, Cod COR 226401 Kinetoterapeut, Cod COR 226405 Profesor de cultura fizică medicală, Cod COR 226406

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Judo						
Platforma curs							
Link întâlnire online curs / seminar							
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților de seminar	Asist.univ.drd. Olaru Marius						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	Vp	2.7 Regimul disciplinei	DC/ DF

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	14
Distribuția fondului de timp:					22 ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					8
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					8
Tutoriat					4
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru	28+22=50				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	•
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Sală de sport dotată cu tatami; • Studenții trebuie să aibă echipament corespunzător; • Telefoanele pe modul silențios.

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	Cursul are menirea de formare a capacității studenților de a organiza și conduce o lecție de antrenament la judo cât și folosirea diferitelor procedee tehnice din judo în lecțiile de educație fizică.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • Să cunoască elementele și regulamentul specific judo-ului; • Să-și înușească un bagaj motric specific judo-ului; • Să cunoască modalitățile de practicare a judo-ului atât pentru performanță cât și pentru persoanele cu dizabilități; • Să cunoască înlănțuirea metodică a elementelor pentru a facilita procesul instructiv-educativ; • Să prezinte interes pentru însușirea cunoștințelor necesare și valorificarea acestora într-o manieră interdisciplinară; • Să cunoască indicii somato-funcționali care sunt influențați de practicarea judo-ului; • Să dețină capacitatea de a evalua indicii de performanță; • Să manifeste o reală implicare în timpul orelor de curs; • Să cunoască metodică învățării elementelor tehnice în funcție de vârsta practicanților; • Să aplice corect metodică cunoscută și să dețină cunoștințe legate de principiile educației fizice și sportului; • Să analizeze obiectiv capacitățile colectivului pentru o adaptare curriculară optimă; • Să cunoască modalități de aplicare a elementelor de management • Să poată valorifica capacitățile manageriale; • Să argumenteze importanța practicării judo-ului la tineri; • Să argumenteze importanța managementului resurselor

Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. • Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.
-------------------------------	--

7. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
Bibliografie :		
8.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
Prezentarea cerințelor disciplinei, Prezentarea istoricului Scopul și sarciniile judoului. Originea judoului. Apariția și dezvoltarea judoului în România Clasificarea și terminologia judoului Metodica folosirii elementelor din judo în lecția de educație fizică	Prelegere, explicație	.
Noțiuni de regulament și regurilor de arbitraj. Învățarea salutului : <ul style="list-style-type: none"> • Zarei (salutul de jos) • Ritsurei (salutul din picioare) 	Prelegere, explicație	
Învățarea pozițiilor fundamentale – Shizentai <ul style="list-style-type: none"> • Ofensivă (Shizentai) • Defensivă (Jigotai) Învățarea deplasărilor pe tatami (Shintai) Învățarea prizelor (Kumi-Kata) Învățarea dezechilibrărilor (Kuzushi)	Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea	Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor, după care vor urma exerciții de front și formații pentru învățarea salutarilor

<p>Învățarea căderilor (Ukemi)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Înainte (Mae-Ukemi) • Înapoi (Ushiro-Ukemi) • Laterale (Yoko-Ukemi) • Dreapta (Migi) • Stânga (Hidari) 	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Tehnica din picioare (Nage-Waza)</p>	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Învățarea tehnicii la sol (Ne-Waza)</p> <p>Tehnica de imobilizare (Osaekomi-Waza)</p> <p>Imobilizarea din lateral cu fixarea capului (Hon-Kesa-Gatame)</p> <p>Imobilizarea laterală (Yoko-Shiho-Gatame)</p> <p>Imobilizarea în prelungire (Kami-Shiho-Gatame)</p> <p>Imobilizarea deasupra (Tate-Shiho-Gatame)</p>	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Învățarea tehnicii de ștrangulare (Shime-Waza)</p> <p>Ștrangulare prin alunecare (Okuri-Eri-Jime)</p> <p>Ștrangulare prin cheia brațelor (Hadaka-Jime)</p> <p>Ștrangulare prin imobilizarea umărului (Kata-Ha-Jime)</p>	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Învățarea tehnicii articulare (Kansetsu-Waza)</p> <p>Luxarea cu cheia brațelor (Ude-Garami)</p> <p>Luxarea în cruce a brațului întins (Ude-Hishigi-Juji-Gatame)</p>	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomotor, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Învățarea tehnicii de picior (Ashi-Waza)</p>	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Secerarea mare exterioară (O-Soto-Gari) • Secerarea mare interioară (O-Uchi-Gari) • Secerarea mică interioară (Ko-Uchi-Gari) <p>Măturarea piciorului care înaintea (De-Ashi-Barai)</p>		<p>selectivă a aparatului locomator, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Învățarea tehnicii de șold (Koshi-Waza)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aruncare peste șold(Uchi-Goshi) • Aruncarea mare peste șold(O-Goshi) • Roata peste șold(Koshi-Guruma) • Măturarea șoldului (Harai-Goshi) 	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomator, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Învățarea tehnicii de umăr(Kata-Waza)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aruncarea peste umăr la un braț (Ippon-Seoi-Nage) • Aruncarea peste umăr cu două brațe (Morote-Seoi-Nage) 	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomator, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Învățarea tehnicii de sacrificiu (Sutomi-Waza)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aruncarea prin cădere laterală(Yoko-Otoshi) • Aruncarea circulară înapoi (Tomoe-Nage) 	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomator, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>
<p>Repetarea și perfecționarea tuturor procedeelor tehnice învățate în condiții de luptă (Randori)</p>	<p>Explicație, demonstrație, exersarea, problematizarea</p>	<p>Studentii realizează momentul de pregătire a organismului pentru efort și influențarea selectivă a aparatului locomator, după care vor urma exerciții executate individual și pe perechi pentru realizarea obiectivelor lecției</p>

Metodica învățării tehnicii judoului cu copii și juniorii	Explicație, problematizarea	
Bibliografie :		

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

În vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs			
9.5 Seminar / laborator		Evaluarea finală – practic Referate Dezbateri Observarea curentă	60% 15% 15% 10%
9.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea în linii mari din punct de vedere teoretic a problematicii lucrărilor practice. • Cunoașterea unor tipuri de exerciții de învățare a tehnicii de imobilizare și a tehnicii de picior. • Conceperea unui program/ complex de dezvoltare fizică armonioasă pentru ciclul primar sau gimnazial având și elemente de judo. 			

Data completării
16.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1. Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Departamentul de kinetoterapie și motricitate specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială Fiziokinetoterapeut, Cod COR 226401 Kinetoterapeut, Cod COR 226405 Profesor de cultura fizică medicală, Cod COR 226406

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Limba engleză						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților de seminar	Lect.dr. Romanița Jumanca						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	C	2.7 Regimul disciplinei	DC/ DI

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp:					22 Ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					7
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate / pe teren					
Pregătire seminare / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					7
Tutoriat					6
Examinări					2
Alte activități					
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.8 Total ore pe semestru	50				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	•
5.2 de desfășurare a seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Acces la internet, laptop/computer, adresă funcțională de email e-uvt și acces la platformele Moodle/ E-learning (https://elearning.e-uvt.ro/) și la Google Classroom & Google Meet • Minime competențe digitale • Studenții sunt rugați: <ul style="list-style-type: none"> ○ să participe activ la activități; ○ să evite comportamente discriminatorii; ○ să răspundă prompt la anunțurile făcute pe email și pe platforma E-learning de către titularii activităților; ○ să dialogheze în mod civilizată; • să nu înregistreze și disemineze materiale video de la curs fără acordul titularilor de activități și al tuturor colegilor

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	Să folosească vocabularul și gramatica limbii engleze la nivel de B2-C2 în mod adecvat în diferite situații de comunicare și de interacțiune orale și scrise.
Abilități	<ul style="list-style-type: none"> • să identifice diferențele de structură de comunicare orală și scrisă dintre limba engleză și limba română • să exerseze vocabularul în interacțiuni orale și scrise pe anumite teme • să cunoască locații și structuri gramaticale folosite în limba engleză la nivel B2-C2 • să își dezvolte capacitatea de organizare și structurare a informației de comunicat • să își dezvolte capacitatea de precizie a informației (prediction) • să își dezvolte autonomia de învățare (learner autonomy) • să înțeleagă și să utilizeze vocabularul în funcție de diferite câmpuri semantice (familie lexicală) • să aibă o atitudine pozitivă față de operarea cu un sistem diferit de valori de comunicare • să se conformeze normelor de utilizare standard a conținuturilor în funcție de contextele întâlnite; • să înțeleagă și să utilizeze vocabularul în funcție de diferite câmpuri semantice (familie lexicală)
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • să își dezvolte autonomia de învățare (learner autonomy) • să colaboreze eficient în cadrul echipelor/ grupurilor de lucru • să le ofere feedback constructiv colegilor • să își cultive ideea de parteneriat în conversație

7. Conținuturi

7.1 Curs	Metode de predare	Observații
Bibliografie :		
7.2 Seminar / laborator	Metode de predare	Observații
1. Vocabular/Word formation (suffixes, prefixes)	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary. Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary. Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced C 1/C2 Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i> . Cambridge: Cambridge University Press. Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i> . Oxford: Macmillan
2. Common Collocations	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary. Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary. Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced <i>Practice</i> . Oxford: Macmillan
3. Word formation and words often confused	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary. Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary. Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced C 1/C2
4. Word formation and words often confused	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	Utilizare handouts (format electronic) Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary.

		<p>Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary.</p> <p>Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced C 1/C2. Cambridge: Cambridge University Press.</p> <p>Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i>. Oxford: Macmillan</p>
5 Vocabular tematic/ People and society	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	<p>Utilizare handouts (format electronic)</p> <p>Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary.</p> <p>Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary.</p> <p>Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced C 1/C2</p>
6. Vocabular tematic: Education and learning	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	<p>Utilizare handouts (format electronic)</p> <p>Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary.</p> <p>Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary.</p> <p>Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced C 1/C2</p>
7. Vocabular tematic: Sports nowadays	Exercițiul individual, în grup și în perechi, interacțiune frontală	<p>Utilizare handouts (format electronic)</p> <p>Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary.</p> <p>Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary.</p> <p>Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced C 1/C2</p>
<p>Bibliografie (pusă la dispoziție de titularul de curs)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hashemi, Louise, Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use. Supplementary Exercises</i>. Cambridge: Cambridge University Press. • Hewings, Martin. 2013. <i>Advanced Grammar in Use</i>. Cambridge: Cambridge University Press. • Murphy, Raymond. 2019. <i>English Grammar in Use</i>. Cambridge: Cambridge University Press. • Vince, Michael, Sunderland, Peter. 2003. <i>Advanced Language Practice</i>. Oxford: Macmillan. • Vince, Michael. 2019. English Grammar and Vocabulary. 		

- Mann, Malcolm. 2018. Destination B2. Grammar and Vocabulary.
- Foley, Mark, D. Hall. 2014. MyGrammarLab. Advanced C 1/C2
- McCarthy, Michael, O'Dell, Felicity. 2002. *English Idioms in Use*. Advanced. Cambridge : Cambridge University Press.
- McCarthy, Michael, O'Dell, Felicity. 2002. *English Vocabulary in Use*. Advanced. Cambridge : Cambridge University Press.

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

La finalul cursului, studenții vor stăpâni un set de deprinderi de comunicare orală și scrisă în limba engleză, de utilizare a gramaticii și vocabularului limbii engleze, de gândire independentă care îi vor pregăti pentru activitatea în cadrul celorlalte cursuri de la nivel universitar și pentru elaborarea lucrărilor de seminar, dar și pentru viitoarea activitate profesională.

9. Evaluare

Tip activitate	9.1 Criterii de evaluare	9.2 Metode de evaluare	9.3 Pondere din nota finală
9.4 Curs			
9.5 Seminar / laborator	Notare în sistem de la 1 la 10	Evaluare sumativă: examen scris/portofoliu	90 puncte
	Activitate pe parcurs	Participarea activă la numărul minim de seminarii prevăzut de regulament.	10 puncte
9.6 Standard minim de performanță			
Se acordă nota 10 pentru acumularea a 100 de puncte, dintre care - 10 puncte participarea activă la minimum de cursuri și seminarii prevăzut de regulament. - 90 de puncte pentru examenul final Se acordă nota 5 pentru 50 de puncte acumulate conform criteriilor de mai sus. Pentru sesiunile de restanță și mărire de notă se păstrează aceleași criterii.			

Data completării
16.09.2021

Titular de disciplină

Data avizării în departament
21.09.2021

Director de departament Conf. dr. Codruța Goșa

FIȘA DISCIPLINEI
1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea de Vest din Timișoara
1.2 Facultatea / Departamentul	Facultatea de Educație Fizică și Sport
1.3 Departamentul	Kinetoterapie și Motricitate Specială
1.4 Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii / Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială/ Kinetoterapeut – cod C.O.R 226405, Fiziokinetoterapeut - cod C.O.R 226401, Profesor de cultură fizică medicală - cod C.O.R 226406.

2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei		Practică de orientare și turism					
2.2. Titularul activităților de curs							
2.3. Titularul activităților de seminar		Conf. dr. Domokos Martin, conf.dr. Nagel Adrian					
2.4. Anul de studii	I	2.5. Semestrul	2	2.6. Tipul de evaluare	Vp	2.7. Regimul disciplinei	DS DI

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs		3.3. seminar/laborator	3
3.4. Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs		3.6. seminar/laborator	42
Distribuția fondului de timp					58 ore
Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					20
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate/pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					10
Tutorat					10
Examinări					8
Alte activități ...					
3.7. Total ore studiu individual	58				
3.8. Total ore pe semestru	100				
3.9. Număr de credite	4				

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 desf. a cursului	•
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> • Studenții vor avea echipament corespunzător • Prezența este obligatorie • Nu este permisă întârzierea la lucrările practice • Problemele medicale vor fi raportate înainte de începerea lucrărilor practice

6. Obiectivele disciplinei - rezultate așteptate ale învățării la formarea cărora contribuie parcurgerea și promovarea disciplinei în FD din

Cunoștințe	Cursul are menirea de a oferi studenților cunoștințe necesare pentru practicarea în condiții optime a turismului și orientării sportive, a organizării de concursuri de orientare, precum și a conducerii grupurilor în tabere, conștientizarea riscului și managementul acestuia.
Abilități	<p>Să descrie elementele componente ale orientării și turismului;</p> <p>Să identifice importanța dezvoltării orientării și turismului;</p> <p>Să argumenteze importanța practicării ramurii de sport orientare și turism la toate categoriile de populație;</p> <p>Să descrie caracteristicile principalelor elemente tehnice din orientare și turism;</p> <p>Să identifice importanța aplicării elementelor tehnice în orientare și turism;</p> <p>Să argumenteze importanța practicării unei tehnici corecte a orientării și turismului pentru comunitate sau societate;</p> <p>Să descrie principalele caracteristici ale managementului în orientare și turism;</p> <p>Să prezinte importanța managementului în orientare și turism și impactul acestuia asupra societății și a mediului înconjurător;</p> <p>Să argumenteze importanța promovării orientare și turismului ca activitate de masă pe toate canalele de comunicare.</p>
Responsabilitate și autonomie	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea de activități sau proiecte tehnice ori profesionale complexe, prin asumarea responsabilității pentru luarea deciziilor în situații de muncă sau de studiu imprevizibile. • Asumarea responsabilității pentru gestionarea dezvoltării profesionale a indivizilor și grupurilor. • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională. • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă multidisciplinară, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie. • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.

7. Conținuturi*

7.1. Curs	Metode de predare	Observații
7.2. Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Orientarea în teren cu și fără hartă, cu și fără busolă (2 ore)	Explicație, demonstrație, problematizarea, exersarea globală/fragmentată, exersarea, algoritmizarea	Studenții conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele – se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative. Referințe: Soos, Gh., Sportul orientării, Craiova, 1993 Țigu Gabriela, Turismul montan, 1981

Găsirea posturilor pe un traseu definit într-o perioadă de timp (4 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
Planificarea și pregătirea unui traseu montan (5 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
Conducera grupurilor în turismul montan - Leadership (3 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
Aplicarea principiilor de turism ecologic – Leave no trace (5 ore)	Explicație, demonstrație, exersarea globală/ fragmentată, problematizarea, exersarea, algoritimizarea	Studentii conduc momentul de influențare selectivă a aparatului locomotor folosind metode adecvate exercițiilor propuse. Se lucrează frontal. Colectivul este organizat pe grupe paralele –se utilizează jocuri dinamice, ștafete, parcursuri aplicative.
Bibliografie Absolon, M. – Pokorny, T., Leave no Trace – outdoor skills and Ethics, Leave no trace, Inc., Boulder, Colorado, 2001 Drury, J.K – Bonney, B.F., The Backcountry Classroom – Lesson Plans for Teaching in the Wilderness, ICS Books, Inc. Merrillville, 1992 Heintz, D., Orientarea „Sportul pădurilor”, Editura Sport-Turism, 1975 Ford, P. – Blanchard J., Leadership and Administration of Outdoor Pursuits, Venture Publishing, Inc., 1993 Soos, Gh., Sportul orientării, editura Avrămeanca, Craiova, 1993 Țigu Gabriela, Turismul montan, Editura Uranus, București, 1981		

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

In vederea schițării conținuturilor, alegerii metodelor de predare/învățare titularii disciplinei au organizat o întâlnire cu angajatorii și cadre didactice din domeniu. Întâlnirea a vizat identificarea nevoilor și așteptării angajatorilor din domeniu. În baza acestora s-a trecut la optimizarea conținuturilor disciplinei și la coordonarea disciplinelor din programul de studiu în vederea formării competențelor revendicate de angajatori.

9. Evaluare

Tip de activitate	9.1. Criterii de evaluare	9.2. Metode de evaluare	9.3. Pondere din nota finală
-------------------	---------------------------	-------------------------	------------------------------

9.4. Curs			
9.5. Seminar / laborator	Criteriul progresului	Participare activă: Se înregistrează frecvența și valoarea implicării în procesul didactic precum și evaluarea din punct de vedere tehnic al procedeelelor învățate. Observarea curentă	90% probele practice;
	Criteriul performanței	Executarea procedeelelor în condiții de concurs	10 % - rezultat concurs
<p>9.6. Standard minim de performanță Trecerea prin toate procedeele învățate. Nota finală trebuie să fie minim 5 pentru a îndeplini condițiile de trecere. Absența la probele practice înseamnă absență de la examen. Îndeplinirea criteriului de frecvență la lucrări practice (sarcină obligatorie) este o condiție de intrare în examenul practic. Evaluarea în sesiunea de restanțe se bazează pe același sistem de notare. Studentul va face dovada realizării sarcinilor din timpul semestrului.</p> <p>Cursul necesită costuri suplimentare suportate de către student: cazare, masă, transport, închiriere echipament.</p>			

Data completării

Titular de disciplină

10.09.2021

Data avizării în departament

Director de departament

21.09.2021