

FIȘA DISCIPLINEI**1. Date despre program**

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea „Dunărea de Jos” din Galați
1.2 Facultatea / Departamentul	Medicină și Farmacie/Medicină Dentară
1.3 Catedra	-
1.4 Domeniul de studii	Sănătate
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii/Calificarea	Medicină dentară / medic dentist

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Educație Fizică						
2.2 Titularul activităților de curs	-						
2.3 Titularul activităților de seminar	Asist.univ.drd. Adam Andrea						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	V	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	0	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	0	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					5
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					5
Tutoriat					2
Examinări					5
Alte activități cercuri științifice studențești					5
3.7 Total ore studiu individual	32				
3.9 Total ore pe semestru	60				
3.10 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	• Nu este cazul
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Sala de sport, sala de fitnes, terenuri de sport in aer liber, pista de atletism

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> • Valorificarea informațiilor, metodelor și mijloacelor specifice educației fizice și sportului în vederea optimizării stării de sănătate și a dezvoltării fizice armonioase • Formarea capacității de transmitere, selectare, exersare și predare a unor cunoștințe referitoare la întocmirea unor sisteme de acționare (grupe de exerciții) pentru dezvoltarea deprinderilor motrice de bază, utilitare și sportive • Formarea capacității de exersare și predare a unor deprinderi motrice de bază, utilitare și sportive • Aplicarea sistemului de reguli specifice organizării și practicării activităților de educație fizică și sport și adoptarea unui comportament adecvat în cadrul relațiilor interpersonale și de grup • Valorificarea limbajului corporal pentru exprimarea și înțelegerea ideilor, stărilor afective, și a esteticului în general și în special a esteticului corporal • Familiarizarea și însușirea de către studenți a conceptelor fundamentale și a terminologiei specifice jocului de volei
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea mijloacelor electronice pentru selectarea informațiilor și documentarea privind elementelor definitorii ale dezvoltării fizice și activităților motrice • Lucru în echipă și organizarea unei activități sportive pe nivele de

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Dezvoltarea calitatilor motrice și extinderea fondului de deprinderi motrice de baza și sportive prin cuprinderea tuturor studenților în practicarea sistematică și organizată a exercițiilor fizice și a sporturilor preferate;
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • îmbunătățirea continuă a stării de sănătate, a vigoarei fizice, psihice, precum și a dezvoltării corporale armonioase; • dezvoltarea capacității motrice generale și îmbunătățirea condiției fizice • formarea deprinderilor sportive necesare în practicarea unor ramuri de sport; • formarea capacității de practicare independentă a exercițiilor fizice • participarea la competițiile interstudentești locale și naționale

8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Însușirea noțiunilor principale de regulament: dimensiunile terenului, zona de serviciu, poziția jucătorilor în teren, rotația în teren, serviciul executat corect, punct câștigat, set, meci, minge de joc, lovirea mingii etc.	expunere - conversație	2 ore
2. Învățarea poziției fundamentale și a mișcărilor în teren;	explicație -demonstrație - repetare	2 ore
3. Învățarea pasei cu două mâini de sus și de jos înainte;	explicație -demonstrație – repetare	2 ore
4. Învățarea așezării în teren la efectuarea și primirea serviciului;	explicație -demonstrație – repetare	2 ore
5. Învățarea serviciului de jos și de sus;	Explicație -demonstrație - repetare	2 ore

6. Învățarea pasei pentru lovitura de atac;	Explicație -demonstrație - repetare	2 ore
7. Învățarea loviturii de atac, procedeul drept (elan, bătaie, săritură, aterizare);	Explicație -demonstrație - repetare	2 ore
8. Învățarea sistemului de apărare cu centrul 2 avansat;	Explicație -demonstrație - repetare	2 ore
9. Consolidarea elementelor și procedeele tehnice învățate;	Explicație -demonstrație - repetare	2 ore
10. Joc bilateral	repetare	2 ore
11. Joc bilateral	repetare	2 ore
12. Joc bilateral	repetare	2 ore
13. Joc bilateral	repetare	2 ore
14. Joc bilateral	repetare - verificare	2 ore
Bibliografie		
<ol style="list-style-type: none"> Balaiș F., Păcuraru A., Prisecaru G., <i>Regulamentul jocului de volei</i>, Editura Universitatea „Dunărea de Jos” Galați, 2000 Badiu T., <i>Teoria educației fizice și sportului</i>, Editura Mongabit, Galați, 2002 Colibaba-Evuleț D., Bota I., <i>Jocuri sportive. Teorie și metodică</i>, Editura Aldin, București, 1999 Dragu M., Liușnea Ș., <i>Amenajări și întreținere baze sportive</i>, Editura Cartea Universitară, București, 2004 Talaghir L.G., Manolache G., Iconomescu T., <i>Exercițiul fizic mijloc și resurse</i>, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2005 		

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

<ul style="list-style-type: none"> Dezvoltarea capacității de transmitere a unei opțiuni pentru o viață sănătoasă și echilibrată, prin adoptarea unui regim de activitate care să îmbine armonios efortul fizic cu cel intelectual, solicitarea cu refacerea, timpul ocupat cu timpul liber Disponibilitate pentru practicarea independentă a exercițiilor fizice -Interes constant pentru fenomenul sportiv Valorificare teoriilor, metodologiilor și practicilor asimilate în rezolvarea unor situații teoretic- practice educationale prin abordări interdisciplinare Utilizarea unui limbaj de specialitate în comunicarea cu medii profesionale diferite, cu specialiștii domeniului și din domeniile conexe Aplicarea teoriilor și practicilor asimilate în conceperea și elaborarea de proiecte educationale și de cercetare specifice educației fizice și sportului și interdisciplinare

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	nu este cazul	nu este cazul	nu este cazul
10.5 Seminar/laborator	frecvența la lecții	probe de evaluare	100%
	probe de control		
10.6 Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> prezența la toate lucrările practice sau recuperarea eventualelor absențe (sunt admise 3 absențe /semestru care vor fi recuperate conform programului cadrului didactic. Se admit absențe suplimentare cu ocazia manifestărilor științifice studentești sau a altor situații conform art.10 din Regulamentul Activității Universitare a Studenților); însușirea termenilor de specialitate și utilizarea lor în context în mod adecvat; însușirea noțiunilor de bază care să demonstreze parcurgerea materiei; participarea la cel puțin 55% din numărul total de lecții (inclusiv studenții scutiți) - Sustinerea probelor de control pentru verificarea nivelului de dezvoltare a principalelor calități motrice (forța, viteza, rezistența, îndemănare) 			

– realizarea a două referate (semestrul I și semestrul II) numai pentru studenții scutiți (aceștia nu susțin probele de control)

Data completării
15.09.2016

Semnătura titularului de seminar
Asist.univ.drd. Adam Andrea

Data avizării în departament
29.09.2016

Semnătura directorului de departament
Conf.univ.dr.Iulia Chiscop