

## FIȘA DISCIPLINEI\*

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	<b>Universitatea „Lucian Blaga” din Sibiu</b>
1.2 Facultatea	<b>Facultatea de Teologie</b>
1.3 Departamentul	<b>Departamentul de Teologie</b>
1.4 Domeniul de studii	<b>Teologie</b>
1.5 Ciclul de studii	<b>Licență</b>
1.6 Programul de studii/ Calificarea	<b>Teologie Pastorală</b>

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	<b>Educație fizică</b>		<b>Cod: 38.01.C.04.I.044</b>				
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Prof. Mariana Rusu</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar							
2.4 Anul de studiu	<b>II</b>	2.5 Semestrul	<b>2</b>	2.6 Tipul de evaluare	<b>C</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>O</b>

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	1	din care 3.2 curs	0	din care 3.3 seminar/laborator	1
3.4 Total ore din Planul de învățământ	14	din care 3.5 curs	0	din care 3.6 seminar/laborator	14
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					11
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat: <i>numărul de ore de tutorat este inclus în numărul de ore al activităților enumerate mai sus.</i>					
Examinări: <i>numărul de ore pentru pregătirea examenelor este inclus în numărul de ore al activităților enumerate mai sus.</i>					
<b>3.7. Total ore studiu individual</b>					<b>11</b>
<b>3.8. Total ore din planul de învățământ</b>					<b>14</b>
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>					<b>25</b>
<b>3.10 Numărul de credite</b>					<b>1</b>

### 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	• BAZA SPORTIVĂ A “UNIVERSITĂȚII LUCIAN BLAGA DIN SIBIU”

### 6. Competențe specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Înțelegerea și interpretarea principalelor noțiuni ale regulamentelor disciplinelor parcurse;</li> <li>• Utilizarea cunoștințelor dobândite în cadrul activităților din timpul liber al fiecăruia.</li> </ul>
<b>Competențe transversale</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Participarea la competițiile sportive studențești;</li> <li>• Promovarea comportamentului și noțiunii de fairplay;</li> <li>• Obișnuința de a practica exercițiul fizic sistematic și individual</li> </ul>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și a metodelor de bază ale studiului cărților Vechiului Testament; Familiarizarea cu teme importante ale istoriei și înțelepciunii biblice; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională</li> </ul>
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>ridicarea nivelului general de motricitate și însușirea elementelor de bază din ramurile de sport pentru care optează studentul: baschet, badminton, fitness-culturism, fotbal, handbal, tenis de masă, volei;</li> <li>îmbunătățirea stării de sănătate și a vigoorii fizice, psihice precum și a dezvoltării corporale armonioase;</li> <li>formarea convingerilor și deprinderilor de practicare independentă a exercițiilor fizice și a sportului în scop igienic, deconectant și de educație;</li> </ul>

## 8. Conținuturi

8.1. Curs (unități de învățare)	Metode de predare	Nr. de ore
Nu este cazul		
Total ore curs		0
8.2. Seminar (unități de învățare)	Metode de predare	Nr. de ore
<b>L.P.1</b> Lecție cu caracter organizatoric (prezentarea cerințelor disciplinei, înregistrarea opțiunilor studenților pentru diferite ramuri sportive, etc.)	Prelegere; explicare; demonstrare; exersare	1
<b>L.P.2-5</b> Învățarea poziției fundamentale și a elementelor de mișcare în teren (baschet, badminton, fotbal, tenis de masă, volei); joc bilateral cu temă	Prelegere; explicare; demonstrare; exersare	4
<b>L.P.6-11</b> Învățarea executării elementelor tehnice cu minge (baschet, badminton, fotbal, tenis de masă, volei); joc bilateral cu temă	Prelegere; explicare; demonstrare; exersare	6
<b>L.P.12-13</b> Învățarea noțiunilor de bază specifice acțiunilor tactice elementare (baschet, badminton, fotbal, tenis de masă, volei); joc bilateral cu temă	Prelegere; explicare; demonstrare; exersare	2
<b>L.P.14</b> Lecție de evaluare (verificare practică)		1
Total ore seminar		14
<b>8.3. Bibliografie:</b>		
•		

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

<ul style="list-style-type: none"> <li>Prin întregul său conținut și prin tehnologia didactică de predare și evaluare, disciplina Educație Fizică corespunde așteptărilor asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului, aducându-și contribuția la formarea unor competențe specifice programului de studiu absolvit atât de ordin profesional cât și transversal.</li> </ul>
-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 10. Evaluare

Tip de activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Volumul și corectitudinea cunoștințelor		

	Rigoarea științifică a limbajului		
	Organizarea conținutului		
10.5 Seminar/laborator	Prezentarea unei succesiuni metodice de însușire a elementelor de tehnică și tactică specifice	Notare curentă	100
	Participare activă la seminarii		
10.6 Standard minim de performanță			
Minimale (pentru nota 5):			
- Participarea activă la minim 50% din nr.total de ore;			
- Verificarea practică: evaluarea progresului nivelului de cunoștințe specifice activității desfășurate, structuri tehnice cu conținut divers(procedee de deplasarea în teren,procedee de transmitere a mingii, modalități de finalizare a acțiunilor tactice individuale și colective)			

**\* Fișa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu dizabilități, în funcție de tipul și gradul acestora.**

Data completării

Semnătura titularului de curs/seminar

27.09.2020

Prof. Mariana Rusu

Data avizării în

Semnătura Directorului de Departament

Departament 29.09.2020

Prof. Univ. Dr. Paul Bruszanowski

