Anexa 2.

FIŞA DISCIPLINEI*

1. Date despre program

Instituţia de învăţământ superior	Universitatea "Lucian Blaga" din Sibiu
Facultatea	Facultatea de Științe
Departament	Departamentul de Științe ale Mediului, Fizică, Educație Fizică și Sport
Domeniul de studiu	Știința mediului
Ciclul de studii	Licență
Specializarea	Ecologie și protecția mediului

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	**Educație fizică 1**			
Codul cursului	Tipul cursului	An de studiu	Semestrul	Număr de credite
380603C01I008	obligatoriu	I	I	1
Tipul de evaluare	Categoria formativă a disciplinei *(DF=fundamentală.; DD=domeniu; DS=specialitate; DC=complementară)*			
Verificare	DC			
Titular activităţi curs	-			
Titular activităţi seminar	Lect. univ. dr. Sopa Sabin			

3. Timpul total estimat

Extinderea disciplinei în planul de învăţământ – număr de ore pe săptămână				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total
-	1	-	-	**1**
Extinderea disciplinei în planul de învăţământ – Total ore din planul de învăţământ				
Curs	Seminar	Laborator	Proiect	Total ($NOAD_{sem}$)
-	14	-	-	**14**

Distribuţia fondului de timp pentru studiu individual	Nr.ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie şi notiţe	
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate şi pe teren	
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii şi eseuri	
Tutoriat:	
Examinări:	
Total ore alocate studiului individual ($NOSI_{sem}$)	
Total ore pe semestru ($NOAD_{sem}$ + $NOSI_{sem}$)	**14**

4. Precondiţii (acolo unde este cazul)

De curriculum	
De competenţe	

5. Condiţii (acolo unde este cazul)

De desfăşurare a cursului	
De desfăşurare a seminarului	BAZA SPORTIVA A "UNIVERSITĂŢII LUCIAN BLAGA DIN SIBIU"

6. Competenţe specifice acumulate

Competenţe profesionale	Înţelegerea şi interpretarea principalelor noţiuni ale regulamentelor disciplinelor parcurse; Utilizarea cunoştiinţelor dobândite în cadrul activităţilor din timpul liber al fiecăruia.
Competenţe transversale	Participarea la competiţiile sportive studenţeşti; Promovarea comportamentului şi noţiunii de fairplay; Obişnuinţa de a practica exerciţiul fizic sistematic şi individual.

7. Obiectivele disciplinei (reieşind din grila competenţelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	- 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; - îmbunătățirea stării de sănătate ăi a vigorii fizice, psihice precum și a dezvoltării corporale armonioase; - formarea convingerilor și deprinderilor de practicare independentă a exercițiilor fizice și a sportului in scop igienic, deconectant și de educație;
Obiectivele specifice	- promovarea comportamentului şi noţiunii de fairplay; - obişnuinţa de a practica exerciţiul fizic sistematic şi individual.

8. Conţinuturi

Lucrări practice		Nr. ore
L.P. 1	Lecție cu caracter organizatoric (prezentarea cerințelor disciplinei, înregistrarea opţiunilor studenţilor pentru diferite ramuri sportive, etc.)	1
L.P. 2 - 5	Învățarea poziției fundamentale și a elementelor de mișcare în teren (baschet, badminton, fotbal, tenis de masă,volei); joc bilateral cu temă	4
L.P. 6 - 11	Învățarea executării elementelor tehnice cu minge (baschet, badminton, fotbal, tenis de masă, volei); joc bilateral cu temă	6
L.P. 12 - 13	Învățarea noțiunilor de bază specifice acțiunilor tactice elementare (baschet, badminton, fotbal, tenis de masă, volei); joc bilateral cu temă	2
L.P. 14	Lecţie de evaluare (verificare practică)	1
	Total ore	14

Metode de predare

Prelegere; explicare; demonstrare; exersare		

9. Coroborarea conţinuturilor disciplinei cu aşteptările reprezentanţilor comunităţii epistemice, asociaţiilor profesionale şi angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Prin întregul său conţinut și prin tehnologia didactică de predare și evaluare disciplina Educatie Fizică corespunde așteptărilor asociaţilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului, aducându-şi contribuţia la formarea unor competenţe specifice programului de studiu absolvit atât de ordin profesional cât și transversal.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Ponderea în nota finală	Obs.**
Lucrare practică	Prezentarea unei succesiuni metodice de însuşire a elementelor de tehnică și tactică specifice.	Notare curentă	100%	
Standard minim de performanţă				
- Participarea activă la minim 50% din nr.total de ore; - Verificarea practică: evaluarea progresului nivelului de cunoștințe specifice activității desfășurate, structuri tehnice cu continut divers (procedee de deplasarea în teren, procedee de transmitere a mingii, modalități de finalizare a acțiunilor tactice individuale și colective)				

(*) **Fişa disciplinei cuprinde componente adaptate persoanelor cu dizabilităţi, în funcţie de tipul şi gradul acestora.**
(**) CPE – condiţionează participarea la examen; nCPE – nu condiţionează participarea la examen; CEF - condiţionează evaluarea finală;

Data completării: 22.09.2018
Data avizării în Departament: 27.09.2018

	Grad didactic, titlul, prenume, numele	Semnătura
Titular disciplină	Lect. univ. dr. Sopa Sabin	
Director de departament	Lect. univ. dr. Voichița Gheoca	