

FIȘA DISCIPLINEI¹

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA POLITEHNICA TIMIȘOARA
1.2 Facultatea ² / Departamentul ³	ELECTRONICĂ ȘI TELECOMUNICAȚII /DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.3 Catedra	—
1.4 Domeniul de studii (denumire/cod ⁴)	INGINERIE ELECTRONICĂ ȘI TELECOMUNICAȚII/ 90
1.5 Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6 Programul de studii (denumire/cod)/Calificarea	TEHNOLOGII ȘI SISTEME DE TELECOMUNICAȚII ÎN LB ENGLEZĂ / 30

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	EDUCAȚIE FIZICĂ						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților aplicative ⁵	Asist.univ. ALEXANDRU MIHAI						
2.4 Anul de studiu ⁶	I și II	2.5 Semestrul	1 și 2	2.6 Tipul de evaluare	D	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	1 , din care:	3.2 curs		3.3 seminar/laborator/ proiect/practică	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	14 , din care:	3.5 curs		3.6 activități aplicative	14
3.7 Distribuția fondului de timp pentru activități individuale asociate disciplinei					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat					
Examinări					
Alte activități					4
Total ore activități individuale					8
3.8 Total ore pe semestru ⁷	14				
3.9 Numărul de credite	1				

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 activităților practice	• Pista de atletism, bazin de înot

6. Competențe specifice acumulate

¹ Formularul corespunde Fișei Disciplinei promovată prin OMECTS 5703/18.12.2011 (Anexa3).

² Se înscrie numele facultății care gestionează programul de studiu căruia îi aparține disciplina.

³ Se înscrie numele departamentului căruia i-a fost încredințată susținerea disciplinei și de care aparține titularul cursului.

⁴ Se înscrie codul prevăzut în HG nr. 493/17.07.2013.

⁵ Prin activități aplicative se înțeleg activitățile de: seminar (S) / laborator (L) / proiect (P) / practică (Pr).

⁶ Anul de studii la care este prevăzută disciplina în planul de învățământ.

⁷ Se obține prin însumarea numărului de ore de la punctele 3.4 și 3.7.

Competențe profesionale ⁸	<ul style="list-style-type: none"> • C1: Evaluarea obiectivă a activității de jogging sau înot = 15 %; • C2: Demonstrarea sistemelor operaționale specifice jogging-ului sau înotului= 25%; • C3: Evaluarea nivelului de pregătire a participanților la activitățile de jogging sau înot = 35%; • C4: Adaptarea de mijloace de pregătire fizică specifice activităților cotidiene ale studenților = 25%; •
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none"> • CT1: Organizarea de activități de educație fizică, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională= 50%; • CT2: Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive = 50%; •

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> • Îmbinarea armonioasă a activității intelectuale cu activitatea fizică • Acomodarea pentru practicarea sistematică în mod independent a exercițiului fizic • Formarea unor deprinderi de disciplină, punctualitate, corectitudine • Comunicare și lucrul în echipă
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none"> • Înregistrarea jocului și determinarea indicelui de eficiență

8. Conținuturi

8.1 Curs	Număr de ore	Metode de predare
Bibliografie ⁹		
1.		
2.		
3.		
4.		
8.2 Activități aplicative ¹⁰	Număr de ore	Metode de predare

⁸ Aspectul competențelor profesionale și competențelor transversale va fi tratat cf. Metodologiei OMECTS 5703/18.12.2011. Se vor prelua competențele care sunt precizate în Registrul Național al Calificărilor din Învățământul Superior RNCIS (http://www.rncis.ro/portal/page?_pageid=117,70218&_dad=portal&_schema=PORTAL) pentru domeniul de studiu de la pct. 1.4 și programul de studii de la pct. 1.6 din această fișă, la care participă disciplina.

⁹ Cel puțin un titlu trebuie să aparțină colectivului disciplinei iar cel puțin 3 titluri trebuie să se refere la lucrări relevante pentru disciplină, de circulație națională și internațională, existente în biblioteca UPT.

1. Cerințele disciplinei și criteriile de promovare	2	Prelegerea Conversația Demonstrația Observația Modelarea
2. Testarea cunoștințelor dobândite, a priceperilor și deprinderilor motrice	2	
3. Dezvoltarea capacității motrice generale, educarea ținutei corecte	2	
Dezvoltarea coordonării, prelucrarea selectivă și analitică a segmentelor corpului și tonifierea musculaturii prin mijloace specifice	2	
5. Însușirea principalelor noțiuni de regulament în vederea practicării în mod organizat a jogging-ului sau înotului	2	
6. Educarea ținutei corecte prin mijloace de acționare specifice	2	
7. Teste de evaluare EUROFIT	2	

Bibliografie¹¹

1. Chirilă, M. (2009), Pașaport pentru performanța sportivă. Editura Politehnica, Timișoara;
2. Chirilă, M. (1999), Atletism – alergări. Editura Politehnica, Timișoara;
3. Marcu, V., Alexandru, M. (2005), Docimologia specifică activităților motrice. Editura Universității din Oradea;
4. Ionescu, D. (2001), Stretching – Îndrumător de lucrări practice. Pentru uzul studenților;
5. Groza, L. (2001), Îndrumător de baschet pentru studenții cursului de bază, Centrul de multiplicare a Universității Politehnica Timișoara.

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

•

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			%
10.5 Activități aplicative	S: Progresul realizat	Observarea curentă	100%
	L:		%
	P:		
	Pr:		
10.6 Standard minim de performanță (volumul de cunoștințe minim necesar pentru promovarea disciplinei și modul în care se verifică stăpânirea lui)			
<ul style="list-style-type: none"> • Executarea unor exerciții simple din aerobic • Prezența activă la ore 			

Data completării

Titular de curs
(semnătura)

Titular activități aplicative
(semnătura)

.....

.....

Director de departament

Data avizării în Consiliul Facultății¹²

Decan

¹⁰ Tipurile de activități aplicative sunt cele precizate în nota de subsol 5. Dacă disciplina conține mai multe tipuri de activități aplicative atunci ele se trec consecutiv în liniile tabelului de mai jos. Tipul activității se va înscrie într-o linie distinctă sub forma: „Seminar:”, „Laborator:”, „Proiect:” și/sau „Practică:”.

¹¹ Cel puțin un titlu trebuie să aparțină colectivului disciplinei.

¹² Avizarea este precedată de discutarea punctului de vedere al board-ului de care aparține programul de studiu cu privire la fișa disciplinei.

(semnătura)

.....

(semnătura)

.....