

# FIȘA DISCIPLINEI

## Educație-fizică

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior: UNIVERSITATEA OVIDIUS DIN CONSTANTA
1.2 Facultatea DE PSIHOLOGIE SI STIINTELE EDUCATIEI
1.3 Departamentul: DE PSIHOLOGIE, ASISTENȚĂ SOCIALĂ ȘI ȘTIINȚE ALE EDUCAȚIEI
1.4 Domeniul de studii: ȘTIINȚELE EDUCAȚIEI
1.5 Ciclul de studii: LICENȚĂ
1.6 Programul de studii: PEDAGOGIA ÎNVĂȚĂMÂNTULUI PRIMAR ȘI PREȘCOLAR
1.7. Anul universitar 2021-2022

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei - EDUCAȚIE- FIZICĂ II							
2.2. Codul disciplinei PIPP 1207							
2.3 Titularul activităților de curs – LECT. UNIV. DR. MOROIANU MIRUNA							
2.4 Titularul activităților de seminar/stagii/lp - LECT. UNIV. DR. MOROIANU MIRUNA							
2.5 Anul de studii	I	2.6 Semestrul	II	2.7 Tipul de evaluare	PV	2.8 Regimul disciplinei	DC/DI

### 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 (lp) /stagii	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	14	din care: 3.5 curs	-	3.6. seminar / laborator (lp) /stagii	14
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					-
Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					6
Tutorial					
Examinări					
Alte activități					
3.7 Total ore de studiu individual	11				
3.8 Total ore pe semestru	14+11=25				
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 seminarului / laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pentru perioada de pandemie cursul se va realiza în sistem on-line atunci când o să fie cazul , adică când condițiile meteo nu vor permite ieșirea studenților pe plajă-faleză în zona universității.</li> <li>• Deci varianta hybrid este valabilă în cazul desfășurării acestor cursuri de natură practică.</li> <li>•</li> </ul> <p>Studentele doar cele care vor, participă la cursurile practice cu caracter sportiv și metodic iar când nu se va putea aborda această variantă cursurile se vor susține online pe platforma webex.</p>

## 6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<ul style="list-style-type: none"> <li>• C1 – Formarea capacității de proiectare a unităților de învățare.</li> <li>• C2 – Capacitatea de a conduce o activitate practică în condiții diferite.</li> <li>• C3 – Adaptarea efortului în cadrul activității de educație fizică la nivelul de vârstă a școlarului mic.</li> </ul>
Competențe transversale	<p>CT1 Aplicarea tehnicilor de munca eficientă în echipa multidisciplinară pe diverse paliere ierarhice</p> <p>CT2 Exercițierea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercitarea profesiei</p> <p>CT3 Autoevaluarea nevoilor de formare continuă în vederea adaptării competențelor profesionale la dinamica contextului social.</p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Amplificarea motivației studenților pentru practicarea în mod independent și sistematic a exercițiilor fizice.</li> <li>• Optimizarea stării de sănătate;</li> <li>• Prevenirea instalării deficiențelor fizice globale și segmentare, formarea și menținerea atitudinilor corecte ale corpului;</li> </ul>
7.2 Obiectivele Specifice	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Însușirea și consolidarea unor elemente și procedee tehnice de bază din gimnastică;</li> <li>• Dobândirea de cunoștințele teoretice care s-au dovedit valide în practică, fiind la baza pregătirii specialiștilor domeniului nostru.</li> <li>• Capacitarea studenților cu strategii de instruire care au ca scop perfecționarea activității de educație fizică și sport în concordanță cu standardele internaționale și nivelul vârstei subiecților.</li> </ul>

## 8. Conținuturi

8.1 Lucrări practice - <i>Gimnastica</i>	Metode de predare	Număr de ore alocate
1.Exercițiile de front și formații Deprinderi aplicativ utilitare (echilibru)	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
2. Complexele de dezvoltare fizică armonioasă Deprinderi aplicativ utilitare (tracțiuni, împingeri)	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
3. Metodica învățării rulărilor Deprinderi aplicative (târâre, transport de obiecte)	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
4.Metodica învățării rostogolorilor înainte Deprinderi aplicativ utilitare (cățărare, coborâre)	Prezentare orală + exersare practică	2 ore
5. Metodica învățării rostogolorilor înapoi	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
6. Metodica învățării elementelor statice	Prezentare orală + exersare practică	2 ore
7. Metodica învățării elementelor specifice gimnasticii ritmice	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
8. Metodica învățării elementelor specifice dansului popular	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
9. Metodica învățării legărilor de elemente	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
10. Jocuri, ștafete și parcursuri aplicative specifice dezvoltării calităților motrice forța	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
11. Jocuri, ștafete și parcursuri aplicative specifice dezvoltării calităților motrice îndemânarea	Prezentare orală + exersare practică	1 oră
12. Parcursuri aplicative pentru consolidarea deprinderilor cu caracter aplicativ-utilitar	Prezentare orală + exersare practică	1 oră



**Bibliografie:**

1. M. E. N.,CONSILIUL NATIONAL PENTRU CURRICULUM - Programe școlare revizuite, educație fizică, clasele PREGĂTITOARE, I, a II-A, București, 2013. Programa a fost aprobată prin Ordin al Ministrului Educației Aprobată prin ordin al ministrului Nr.3418/19.03.2013
2. M.E.N.,CONSILIUL NATIONAL PENTRU CURRICULUM - Programe școlare pentru clasa a III-A, A IV-A, Educație fizică, aprobat prin Ordin al Ministrului 2014
- 3 M.E.N.,CONSILIUL NATIONAL PENTRU CURRICULUM - Programe școlare pentru clasa a III-A ȘI A IV-A Joc și Mișcare, aprobat prin Ordin al Ministrului 2014
- 4.DUMITRU, M.(2003) – Educația fizică și metodică predării, Edit. EX Ponto Constanța.
- 5.DUMITRU,M.(2007) – Educația fizică și metodică predării, Edit. EX Ponto Constanța.
- 6.DUMITRU,M.(2011) – Educația fizică componentă a Curriculum-ului Național, Edit. Univrsity press Constanța.
- 7.DUMITRU,M. MOROIANU, M. (2017) – Repere metodologice entru practica studenților la educație fizică, Ed. Universitară, București.
8. Neacșu, I., Uță, F. (2015) – Psihopedagogia activităților psihomotrice, ED. Universitară, București

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

**Un absolvent trebuie să cunoască și să aplice noțiunile fundamentale ale disciplinei, să-și formeze un limbaj de specialitate în domeniul educației - fizice.**

**10. Evaluare**

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	In funcție de specificul disciplinei	Evaluare orală	20%
10.5 Seminar / laborator/lp/stagii	In funcție de specificul disciplinei	Evaluare scrisă (portofoliu)	20%
		Probă de verificare	60%
10.6 Standard minim de performanță			
Organizarea și conducerea colectivului utilizând mijloace și metode specifice nivelului preșcolar și primar.			

Data completării  
1.10.2021

Semnătura titularului de curs  
Lect. Univ.dr. Moroianu Miruna  
*Miruna Moroianu*

Semnătura titularului de seminar  
Lect.univ.dr.Moroianu Miruna  
*Miruna Moroianu*

Data avizării în Departament

01.10.2021

Semnătura directorului de departament

*Festiu*