

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 I | | | | | | | |
| 2.2. Codul disciplinei – PIPP 2 110 | | | | | | | |
| 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 | II | 2.6 Semestrul | I | 2.7 Tipul de evaluare | Colocviu | 2.7 Regimul disciplinei | DC/DI |

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

| | | | | | |
|--|-------------------|--------------------|---|--------------------------------------|----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 2 | din care: 3.2 curs | - | 3.3 seminar / laborator (lp) /stagii | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 28 | din care: 3.5 curs | - | 3.6 seminar / laborator (lp) /stagii | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe | | | | | |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | |
| Pregătire seminarii / laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | |
| Tutorial | | | | | |
| Examinări | | | | | |
| Alte activități | | | | | |
| 3.7 Total ore de studiu individual | 22 | | | | |
| 3.8 Total ore pe semestru | 2 x 14= 28 +22=50 | | | | |
| 3.9 Numărul de credite | 2 | | | | |

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"> • 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. • Deci varianta hybrid este valabilă în cazul desfășurării acestor cursuri de natură practică. • Studentele doar cele care vor, participă la cursurile practice cu caracter sportiv și metodic iar când nu se va putea aborda această varietate cursurile se vor susține online pe platforma webex. |

6. Competențele specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | <ul style="list-style-type: none"> • C1 – Formarea capacității de proiectare a unităților de învățare. • C2 – Capacitatea de a conduce o activitate practică în condiții diferite. • C3 – Adaptarea efortului în cadrul activității de educație fizică la nivelul de vîrstă a școlarului mic. |
| Competențe transversale | <p>CT1 Aplicarea tehnicilor de munca eficienta în echipa multidisciplinara pe diverse paliere ierarhice</p> <p>CT2 Exercițarea sarcinilor profesionale conform principiilor deontologice specifice în exercitarea profesiei</p> <p>CT3 Autoevaluarea nevoilor de formare continua în vederea adaptarii competentelor 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"> • Amplificarea motivației studenților pentru practicarea în mod independent și sistematic a exercițiilor fizice. • Optimizarea stării de sănătate; • Prevenirea instalării deficiențelor fizice globale și segmentare, formarea și menținerea atitudinilor corecte ale corpului; |
| 7.2 Obiectivele Specifice | <ul style="list-style-type: none"> • Însușirea și consolidarea unor elemente și procedee tehnice de bază din jocul sportiv; • Dobândirea de cunoștințele teoretice care s-au dovedit valide în practică, fiind la baza pregătirii specialiștilor domeniului nostru. • 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. |

8. Conținuturi

| 8.1 Lucrări practice – <i>Jocul sportiv</i> | Metode de predare | Număr de ore alocate |
|---|--------------------------------------|----------------------|
| 1. Exerciții din tehnica fără minge (jocuri dinamice) | Prezentare orală + exersare practică | 2 ore |
| 2. Exerciții de tehnică individuală cu minge, aruncarea și prinderea (jocuri) | Prezentare orală + exersare practică | 4 ore |
| 3. Exerciții de tehnică individuală cu minge, driblingul (jocuri) | Prezentare orală + exersare practică | 2 ore |
| 4. Exerciții de tehnică individuală cu minge, oprirea și pivotul (jocuri) | Prezentare orală + exersare practică | 2 ore |
| 5. Exerciții de tehnică individuală cu minge, aruncarea la coș, la poartă, șutul la poartă (jocuri) | Prezentare orală + exersare practică | 2 ore |
| 6. Exerciții de tehnică individuală cu minge, marcajul, demarcajul (jocuri) | Prezentare orală + exersare practică | 2 ore |
| 7. Jocuri, ștefete și parcursuri aplicative cu elemente din jocul sportiv | Prezentare orală + exersare practică | 4 ore |
| 8. Structuri tehnico-tactice pentru consolidarea deprinderilor cu specifice din jocul sportiv | Prezentare orală + exersare practică | 2 ore |
| 9. Jocuri cu temă | Prezentare orală + exersare practică | 4 ore |
| 10. Jocuri cu reguli simplificate | Prezentare orală + exersare practică | 2 ore |

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 pentru 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 domeniului, să își 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% |
| | | Colocviu | 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

Semnătura titularului de seminar
LECT. UNIV. DR. MOROIANU MIRUNA

Miruna

Data avizării în Departament

01.10.2021

Semnătura directorului de departament

Teodora