

FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	STIINTA SPORTULUI SI A EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	METODICA FOTBALULUI ÎN LICEU				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius				
Titularul activităților de seminar	Conf. univ. dr. Grosu Bogdan-Marius				
Anul de studiu	II	Semestrul	3	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categoria formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categoria de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

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

I.a) Număr de ore pe săptămână	3	Curs	2	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	30
II d) Tutoriat	
III.Examinări	3
IV. Alte activități:	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	130
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	175
Numărul de credite	7

4. Preconțiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	videoprojector, planșe, chinograme, imagini, dvd-uri, cd-uri	
Desfășurare aplicații	Lucrări practice	resurse materiale: cronometru, fluier, teren, porți, jaloane, conuri, mingi.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe generale	<ul style="list-style-type: none"> CG3. Conceperea și conducerea proceselor specifice domeniului. CG4. Utilizarea și interpretarea adecvată a unor metode, tehnici și instrumente de inves
Competențe specifice domeniului	<ul style="list-style-type: none"> CS2. Capacitatea de sintetizare și interpretare a unui set de informații, de rezolvare a un CS3. Analiza independentă a unor probleme și capacitatea de a comunica și a demonstr CS5. Abilitatea de identificare, formulare, analiză și rezolvare de probleme. CS6. Dezvoltarea aptitudinilor și capacităților de execuție în cadrul lecțiilor practice, te CS7. Însușirea actului pedagogic de comunicare în vederea transmiterii cunoștințelor ab

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

Obiectivul general al disciplinei	Îmbogățirea bagajului de mijloace □n vederea învățării și consolidării acțiunilor tehnico-tactice individuale și colective din jocul de fotbal, a succesiunii metodice a acestora □n vederea aplicării lor corecte □n procesul de predare;
-----------------------------------	--

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Bazele predării fotbalului în școală. Fotbalul în învățământul liceal: obiective, conținut, etapizare.	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 8-20 PPT (pus la dispoziție)
2. Tehnica – definiție, conținut, caracteristici și tendințe. Sistematizarea tehnicii în jocul de fotbal	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 87-99 PPT (pus la dispoziție)
3. Descrierea elementelor și procedeele tehnice fără minge și de transmitere a mingii	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 100-115 PPT (pus la dispoziție)
4. Descrierea elementelor și procedeele tehnice de intrare în posesia mingii și de menținere a posesiei mingii	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 116-135 PPT (pus la dispoziție)
5. Descrierea elementelor și procedeele tehnice specifice portarului	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 136-155 PPT (pus la dispoziție)
6. Noțiuni de metodică specifice consolidării elementelor și procedeele tehnice specifice jocului de fotbal din programa școlară la nivel liceal	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 4, pg. 186-200 PPT (pus la dispoziție)
7. Tactica în jocul de fotbal: definiție, caracteristici, sistematizare și elemente constitutive ale factorului tactic	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 156-164 PPT (pus la dispoziție)
8. Descrierea elementelor tactice de colaborare în atac. Pasa. Căruța tactică. Combinația tactică. Schema tactică la fazele fixe	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 165-171 PPT (pus la dispoziție)
9. Descrierea elementelor tactice de colaborare în apărare. Dublajul. Sprijinul. Suplinirea. Acțiuni de organizare la faze fixe.	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 165-171 PPT (pus la dispoziție)
10. Descrierea elementelor tactice individuale de adversitate în atac. Demarcajul. Depășirea. Interferența posturilor, zonelor și liniilor	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie 1, pg. 171-177 PPT (pus la dispoziție)
11. Descrierea elementelor tactice individuale	2 ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 1, pg. 171-177 PPT (pus la dispoziție)

în apărare. Marcajul. Replierea. Presingul. Aglomerarea		Intuitive (observația)	
12. Organizarea activității fotbalistice școlare în liceu. Sistemul competițional de fotbal la nivel liceal. Conținutul competiției la nivel de liceu	2 ore	Verbale(expunerea, explicația,conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie minimală 2, pg.77-80,105-109 PPT(pus la dispoziție)
13. Selecția și formarea unei reprezentative școlare la nivel de liceu.	2 ore	Verbale(expunerea, explicația,conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie minimală 2, pg.91-95 PPT(pus la dispoziție)
14. Indicații metodice privind pregătirea unei reprezentative școlare liceale	2 ore	Verbale(expunerea, explicația,conversația) Intuitive (observația)	Bibliografie minimală 2, pg.91-95 PPT(pus la dispoziție)

Bibliografie

- GROSU Bogdan-Marius, [FOTBAL](#) – Fundamente Științifice, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2014 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – 120 de antrenamente la copiii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, RA, București, 2013 (accesibilă la Biblioteca USV)
- Savu Cătălin Vasile, Fundamentele Științifice ale Fotbalului, Editura „Ovidius University Press” Constanța, 2021 (pus la dispoziție de titularul cursului)
- Bichescu Andrade, Bazele Jocului de Fotbal, Editura „Eftimie Murgu” Reșița, 2013, (pus la dispoziție de titularul cursului)
- Neța Gheorghe, Bazele Jocului de Fotbal, Editura Risoprint, Cluj-Napoca,2005, (pus la dispoziție de titularul cursului)

Bibliografie minimală

- GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, Metodica fotbalului în liceu – îndrumar practico-metodic- Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, [FOTBAL](#) – Fundamente Științifice, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava,2014 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – 120 de antrenamente la copiii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, RA, București, 2013 (accesibilă la Biblioteca USV)

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
LECȚIA 1 1. Consolidarea diferitelor procedee tehnice utilizate în atac 2. Complexe tehnico-tactice cu finalizare 3. Joc 3X3 într-un spațiu limitat. Joc cu temă: din două atingeri (preluare-pasă) 4. Joc bilateral	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliografie2, pg.25-35
LECȚIA 2 1. Consolidarea diferitelor procedee tehnice utilizate în apărare 2. Jocuri cu număr redus de jucători pentru deposedări și interceptii 3. Joc bilateral	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliografie2, pg.37-47
LECȚIA 3 1. Consolidarea acțiunilor tactice individuale utilizate în atac (marcajul, pătrunderea, depășirea individuală) 2. Complexe tehnico-tactice cu finalizare 3. Joc bilateral	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliografie2, pg.49-57
LECȚIA 4 1. Consolidarea acțiunilor tactice individuale utilizate în apărare (marcajul adversarului cu și fără minge, interceptia, tatonarea)	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația),	Bibliografie2, pg.59-68

2. Jocuri cu număr redus de jucători având sarcini defensive 3. Joc bilateral		practice(exersarea)	
LECȚIA 5 1. Consolidarea acțiunilor tactice colective utilizate în atac (pasa, „un-doi”-ul, încrucișarea, schimbul de locuri, interferența zonelor) 2. Complexe tehnico-tactice cu finalizare 3. Joc bilateral	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliografie2, pg.69-80
LECȚIA 6 1. Consolidarea acțiunilor tactice colective utilizate în apărare (marcajul multiplu, dublajul, schimbul de adversari) 2. Jocuri cu număr redus de jucători având sarcini defensive 3. Joc bilateral	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliografie2, pg.81-94
LECȚIA 7 1. Consolidarea principalelor acțiuni tactice în atac și apărare specifice sistemului de joc pe teren redus 5+1 Joc bilateral	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliografie2, pg.95-109

Bibliografie

- GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, Metodica fotbalului în liceu – îndrumar practico-metodic- Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, [FOTBAL](#) – Fundamente Științifice, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2014 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – 120 de antrenamente la copiii de 8-10 ani, Editura Didactică și Pedagogică, RA, București, 2013 (accesibilă la Biblioteca USV)

Bibliografie minimală

- GROSU Bogdan-Marius, Metodica fotbalului în liceu – îndrumar practico-metodic- Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV)
- GROSU Bogdan-Marius, FOTBAL – Îndrumar practico-metodic, Editura Universității „Ștefan cel Mare” din Suceava, 2019 (accesibilă la Biblioteca USV)

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

Conținuturile abordate în cadrul disciplinei sunt în concordanță cu structura cursurilor de la universități de prestigiu și acoperă aspecte fundamentale necesare familiarizării cu specificul cercetării în domeniului educației. Competențele de elaborare de studii de cercetare și de proiecte în această direcție dau posibilitatea specialistului în științe ale educației să poată analiza și înțelege, utilizând repere științifice, activitatea educațională concretă și totodată să atragă fonduri pentru propria activitate educațională și de cercetare. Dezvoltarea competențelor de cercetare în educației este un fundament solid pentru un practician reflexiv al activității instructiv-educative. Totodată, un nivel ridicat al competențelor în domeniul cercetării educaționale constituie un avantaj competițional pe piața forței de muncă, posesorul acestora putând participa cu succes la concursuri pe posturi de cercetare, pentru admitere la doctorat sau pe posturi din învățământul superior.

10. Evaluare

10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea conceptelor de bază referitoare la elementele și procedeele tehnice specifice jocului de fotbal(CG3,CG4,CS2,CS3,CS6,CS7) Cunoașterea conceptelor de bază referitoare la elementele tactice din jocul	- examen scris și oral	50%

	de fotbal(CG3,CG4,CS5) Cunoașterea aspectelor legate de antrenarea unei echipe reprezentative școlare la nivel liceal (CG3,CG4,CS5)		
Lucrări practice	Demonstrarea principalelor acțiuni tehnico-tactice individuale și colective la nivelul cerințelor modelului final de joc la nivel de liceu (CG3,CG4,CS6,CS7)	probe de control (3 complexe tehnico-tactice contra timp, joc bilateral, participare competiții sportive)	50%

10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

Cunoașterea conceptelor de bază referitoare la elementele și procedeele tehnice specifice (cu exemplificări de mijloace în predare) jocului de fotbal la clasele IX-XII

Cunoașterea conceptelor de bază referitoare la elementele tactice (cu exemplificări de mijloace în predare) din jocul de fotbal la clasele IX-XII

Prezența a 50% din cursuri

10.2. Standard minim de performanță evaluare la lucrările practice

Executarea 3 complexe tehnico-tactice contra timp, joc bilateral

Prezența a 70% din lucrările practice pe parcursul semestrului

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de seminar

Data avizării	Semnătura responsabilului de program

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament

Data aprobării în Consiliul academic	Semnătura decanului

FIȘA DISCIPLINEI
(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ACTIVITĂȚI INDOOR ȘI OUTDOOR				
Titularul activităților de curs	Prof. univ. dr. Leuciuc Florin Valentin				
Titularul activităților de seminar	Prof. univ. dr. Leuciuc Florin Valentin / lector dr. Larionescu Virgil				
Anul de studiu	II	Semestrul	1	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DSI
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

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

I.a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	2	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	45
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	35
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	130
Total ore pe semestru (I.b+II+III+IV)	175
Numărul de credite	7

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	- PC sau tabletă, videoproiector, suporturi electronice pentru unitatea de
------------------------	--

		curs, prezentări PPT sau Prezi
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> - metode: verbale (expunerea, explicația, conversația), intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), evaluarea. - resurse procedurale: grup /pereche, individual - resurse materiale: materiale didactice specifice, cronometru, fluier, aparatură specifică activității fizice - moduri de organizare: frontal, grup, perechi, individual
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe transversale	CG1 - Culegerea, analiza și interpretarea de date și de informații din punct de vedere cantitativ și calitativ.
Competențe profesionale	<p>CS1 - Aplicarea conceptelor, teoriilor și metodelor de investigare fundamentale din domeniul de studiu, pentru formularea de proiecte și demersuri profesionale.</p> <p>CS2 - Capacitatea de sintetizare și interpretare a unui set de informații, de rezolvare a unor probleme de bază și de evaluare a concluziilor posibile.</p> <p>CS3 - Analiza independentă a unor probleme și capacitatea de a comunica și a demonstra soluțiile alese.</p> <p>CS4 - Capacitatea de a evalua probleme complexe și de a comunica în mod demonstrativ rezultatele evaluării proprii.</p> <p>CS8 - Formarea unor deprinderi de învățare pentru a putea construi și evalua obiectivele profesionale și manageriale în funcție de scopul urmărit.</p> <p>CS11 - Dezvoltarea aptitudinilor și a capacităților de a efectua activități independente în scopul perfecționării și dezvoltării profesionale.</p>

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

Obiectivul general al disciplinei	Îmbogățirea bagajului de cunoștințe de specialitate și a modalităților de aplicare acestora în diferite contexte de bază materială și de mediu (CG1, CS1, CS2, CS3, CS4, CS8, CS11).
-----------------------------------	--

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Aspecte definitorii ale activităților indoor și outdoor. Scurt istoric	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 5-9 + PPT (pus la dispoziție)
Activități indoor și outdoor – caracteristici, funcții, clasificare	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 10-21 + PPT (pus la dispoziție)
Efortul fizic în activitățile indoor și outdoor	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 22-26 + PPT (pus la dispoziție)
Importanța pregătirii organismului pentru efort	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 22-26 + PPT (pus la dispoziție)

Activitatea fizică.	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 27-34 + PPT (pus la dispoziție)
Tipologia activităților indoor	4	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 35-41 + PPT (pus la dispoziție)
Activități outdoor clasice	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 42-62 + PPT (pus la dispoziție)
Activități outdoor extreme	4	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 63-71 + PPT (pus la dispoziție)
Activități motrice pentru persoanele cu dizabilități.	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 72-92 + PPT (pus la dispoziție)
Conceperea programelor de activități motrice de timp liber	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 93-95 + PPT (pus la dispoziție)
Caracterul sportiv al activităților indoor și outdoor. Antreprenoriat în activitățile indoor și outdoor. Loisirul comercial. Profilul antreprenorului în sectorul sport-loisir.	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 96-97 + PPT (pus la dispoziție)
Factori de succes într-o afacere de sport-loisir. Rolul strategiilor diferențiate. Finanțarea activităților de timp liber.	2	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliografie 5. p. 98-104 + PPT (pus la dispoziție)
			Bibliografie 5. p. 105-111 + PPT (pus la dispoziție)
Bibliografie			
<ol style="list-style-type: none"> 1. Dragomir, P., Scarlat, E., Educație fizică școlară. Repere noi – mutații necesare. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2004 (accesibilă la Biblioteca USV) 2. Leuciuc F.V., Activități de loisir, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV) 3. Leuciuc F.V., Activități recreative și extracurriculare în educație fizică și sport, Editura 			

- Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)
4. Leuciuc F.V., Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)
 5. Leuciuc F.V., Activități indoor și outdoor, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)

Bibliografie minimală

1. Leuciuc F.V., Activități de loisir, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)
2. Leuciuc F.V., Activități recreative și extracurriculare în educație fizică și sport, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)
3. Leuciuc F.V., Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)
4. Leuciuc F.V., Activități indoor și outdoor, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)

Aplicații (Lucrări practice)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Condiții generale. Joc sportiv. Evaluare inițială.	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea)	Bibliografie 2. p. 39-44
Activități indoor (dezvoltare fizică generală)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), învățarea prin descoperire	Bibliografie 2. p. 54-56
Activități indoor (joc sportiv –baschet)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), învățarea prin descoperire	Bibliografie 2. p. 66-70
Activități indoor (înot)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), învățarea prin descoperire	Bibliografie 2. p. 57-61
Activități indoor (fitness)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), învățarea prin descoperire	Bibliografie 2. p. 62-67
Activități outdoor (fotbal)	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), învățarea prin descoperire	Bibliografie 2. p. 72-73
Activități outdoor (alergare, jogging). Evaluare finală	2	intuitive (observarea, demonstrația), practice (exersarea), învățarea prin descoperire	Bibliografie 2. p. 72-73

Bibliografie	
1. Leuciuc F.V., Activități de loisir, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	
2. Leuciuc F.V., Activități recreative și extracurriculare în educație fizică și sport, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	
3. Leuciuc F.V., Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	
4. Leuciuc F.V., Activități indoor și outdoor, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	
Bibliografie minimală	
1. Leuciuc F.V., Activități de loisir, Editura Universității Ștefan cel Mare, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	
2. Leuciuc F.V., Activități recreative și extracurriculare în educație fizică și sport, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	
3. Leuciuc F.V., Fitness și agrement, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	
4. Leuciuc F.V., Activități indoor și outdoor, Editura Absolvent Plus, Suceava, 2015 (accesibilă la Biblioteca USV)	

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, din ciclul de masterat profesional ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților.

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Cunoașterea conceptelor de bază ale activităților outdoor și indoor (CG1, CS1, CS2, CS3, CS4, CS8, CS9). - Cunoașterea activităților specifice: efort, tipologie, pentru persoane cu dizabilități, concepere programe, antreprenoriat (CG1, CS1, CS2, CS3, CS4, CS8, CS9).	- examen scris și oral	50%
Lucrări practice	Exersarea în structuri specifice de mijloace ce sunt aplicate în activitățile indoor și outdoor, participare activă (CG1, CS1, CS2, CS3, CS4, CS8, CS11).	- evaluarea potențialului motric prin probe de control - probe de evaluare formativă (test docimologic - obligatoriu, referat/ eseu/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe/ participare competiții sportive – la alegere)	50%

Standard minim de performanță

Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

10.1. Standard minim de performanță evaluare la CURS: Cunoașterea conceptelor de bază ale activităților outdoor și indoor.

10.2. Standard minim de performanță evaluare la LUCRĂRI PRACTICE: Exersarea în structuri specifice de mijloace ce sunt aplicate în activitățile indoor și outdoor.

Standard pentru nota 10

CURS: Cunoașterea conceptelor de bază ale activităților outdoor și indoor.

Cunoașterea activităților specifice: efort, tipologie, pentru persoane cu dizabilități, concepere programe, antreprenoriat.

LUCRĂRI PRACTICE: Exersarea în structuri specifice de mijloace ce sunt aplicate în activitățile indoor și outdoor.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de
------------------	-------------------------------	--------------------------

		aplicație
27.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului

FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTURILOR ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER, ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	METODOLOGIA CERCETĂRII ȘTIINȚIFICE ÎN ACTIVITĂȚILE CORPORALE				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Titularul activităților aplicative	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Anul de studiu	II	Semestrul	III	Tipul de evaluare	EXAMEN
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DSI
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	3	Curs	2	Seminar	1	Laborator		Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	42	Curs	28	Seminar	14	Laborator		Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	30
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	133
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	175
Numărul de credite	7

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	• Punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități, capacitate de documentare, sistematizare, selecționare, capacitate de concepție.

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	• Sală de curs cu videoproiector, sală de lectură	
Desfășurare aplicații	Seminar	• Sala de seminar cu PC
	Laborator	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP4. Monitorizează progresele realizate în domeniul de specialitate CP7. Monitorizează dezvoltarea fizică a copiilor
Competențe transversale	CT2. Competențe de autoconducere

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> Dezvoltarea competențelor de bază în cercetarea științifică aplicativă a activităților corporale, inclusiv capacitatea de a explica, interpreta și elabora lucrări științifice în acest domeniu. (CP4, CP7, CT2)
-----------------------------------	--

8. Conținuturi

Curs 28 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Cercetarea – proces științific sistemic. Știința activităților corporale.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG. 27-39
2. Metodele de cercetare în domeniul activităților corporale. Tipurile de cercetare.	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG. 49-70
3. Ipoteza și rolul ei în cercetare	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG. 93-101
4. Metodele cu grad larg de generalitate	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG. 113-128
5. Studiul documentelor-metode de analiză	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.131-159
6. Măsurare și evaluare	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.163-182
7. Metoda observației	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.204-217
8. Metoda anchetei	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.221-241
9. Metoda experimentului	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.245-261
10. Metoda matematico-statistică	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[2]-PAG. 142-326
11. Măsurarea aptitudinilor motrice generale, a capacității motrice	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.377-378
12. Măsurarea condiției fizice -fitness, a capacității de performanță	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.379-385
13. Măsurări în domeniul cognitiv și afectiv	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.387
14. Tipuri de lucrări și manifestări științifice. Redactarea lucrărilor științifice de disertație. Deontologia cercetării științifice	2	Curs interactiv cu suport PowerPoint	[1]-PAG.391-412
Bibliografie			
[1]MIHAI EPURAN, Metodologia cercetării activităților corporale, EDIȚIA A 2-A, BUCUREȘTI, 2005; [2] ZAVALI;CA A., DEMCENCO P., Metode matematico-analitice de cercetare pedagogică în cultură fizică, Chișinău, 2011			

Seminar 14 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
1. Documentarea științifică și deontologia cercetării. Metoda observației; Rolul măsurării în cercetare. Măsurarea în cercetare (teste, scări).	2	Documentare web, explicație, testare, aplicare.	[1]-PAG. 106-130
2. Măsurarea și evaluarea comportamentului motric. Întocmirea tabelor și reprezentări grafice. Prezentarea datelor sub formă de tabele	2	Documentare web, explicație, testare, aplicare.	[1]-PAG.171-193
3. Rolul ipotezei în cercetare Utilizarea calculatorului în educație fizică și sport. Introducere în calculul statistic	2	Documentare web, explicație, testare, aplicare.	[1]-PAG. 73 [2]-PAG.142 [3]-PAG.306
4. Metoda experimentală. Calcularea mediei, abaterii standard și a coeficientului de variabilitate.	2	Documentare web, explicație, testare, aplicare.	[2]-PAG. 168
5. Metoda anchetei. Calcularea corelației dintre fenomene și testul Student	2	Documentare web, explicație, testare, aplicare.	[1]-PAG. 132-161 [2]-PAG.209
6. Metoda studiului de caz. Metodologia particulară în educație fizică. Studiul activităților motrice.	2	Documentare web, explicație, testare, aplicare.	[3]-PAG. 199

7. Redactarea lucrărilor științifice. Susținerea referatului științific și aplicarea calcului statistic în domeniul nostru de activitate.	2	Documentare web, explicație, testare, aplicare.	[3]-PAG.399
Bibliografie			
[1] SIMION GHEORGHE, AMZAR LUMINIȚA, Știința cercetării mișcării umane, Ed. Universității din Pitești, 2009			
[2] ZAVALI; CA A., DEMCENCO P., Metode matematico-analitice de cercetare pedagogică în cultură fizică, Chișinău, 2011			
[3] MIHAI EPURAN, Metodologia cercetării activităților corporale, Ediția a 2-a, București, 2005			

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

Disciplina "Metodologia cercetării științifice în activitățile corporale," inclusă în planul de învățământ la nivel de master, furnizează studenților o perspectivă comprehensivă asupra cercetării în acest domeniu. Aceasta ajută la dezvoltarea abilităților necesare pentru aplicarea conceptelor cercetării științifice în practica și cariera din domeniul activităților corporale.

10. Evaluare

10.1. Standard minim de performanță evaluare curs

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea și prezentarea conceptelor și noțiunilor specifice cercetării științifice în activitățile corporale -pondere din nota finală 40% Participarea la o Conferință Științifică Studențească în domeniul nostru de activitate.- pondere din nota finală 10% (CP4, CP7, CT2)	Examen oral	50%
Seminar	Capacitatea de a elabora și prezenta în PowerPoint un articol științific din domeniul nostru de activitate- pondere din nota finală 30% Demonstrarea corectă a calcului statistic din domeniul nostru de activitate (CP4, CP7, CT2)- pondere din nota finală 20%	Colocviu individual oral	50%
Laborator			
Proiect			

Standard minim de performanță

10.1. Standard minim de performanță evaluare curs

Elaborarea unui referat. Acest referat trebuie să reflecte o înțelegere adecvată a subiectului studiat în cadrul cursului și să demonstreze abilități de cercetare, analiză și comunicare eficientă (40 de pagini)

Participarea la o Conferință Științifică Studențească în domeniul nostru de activitate.

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Standardul minim de performanță pentru evaluarea la activitatea aplicativă presupune ca studenții să elaboreze un articol științific și să îl susțină printr-o prezentare în cadrul unei conferințe științifice studențești, contribuind astfel la dezvoltarea abilităților lor de cercetare și comunicare în mediul academic.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
27.09.2024	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena

Data avizării	Semnătura responsabilului de program

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI EXTRACURRICULARĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII BASCHETULUI ÎN LICEU				
Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Moroșan Larionescu Virgil Adrian				
Titularul activităților aplicative	Lect. univ. dr. Moroșan Larionescu Virgil Adrian				
Anul de studiu	II	Semestrul	3	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

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

I.a) Număr de ore pe săptămână	4	Curs	1	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	15
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	28
II d) Tutoriat	
III.Examinări	3
IV. Alte activități:	6

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	63
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector, planșe, diagrame
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, fluier, jaloane, bănci de gimnastică, mingi.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CG4. Utilizarea și interpretarea adecvată a unor metode, tehnici și instrumente de investigare și aplicare.
Competențe transversale	CS5. Abilitate de identificare, formulare, analiză și rezolvare de probleme. CS7. Însușirea actului pedagogic de comunicare în vederea transmiterii cunoștințelor abstracte și concrete prin tehnici specifice de instruire. CS8. Formarea unor deprinderi de învățare pentru a putea construi și evalua obiectivele profesionale și manageriale în funcție de scopul urmărit.

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

Obiectivul general al disciplinei	Să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării și să-și formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați, cunoscând scopul, finalitățile și obiectivele predării.
-----------------------------------	---

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 14 ore			
1. Metodica instruirii în baschet. - orientări metodice generale. - principii de bază, cerințe metodice. - stadiile instruirii în baschet cale optimă în instruire. - sistematizarea mijloacelor.	2 ore	Intuitive (observarea – metoda acvariului)	[1] pag.12-83
2. Mecanica arbitrajului în jocul de baschet	2 ore	Jocul de rol Învățarea experiențială	[5] pag.5-78
3. Probleme organizatorice specifice lecției în care una din teme este din baschet.	2 ore	(Metoda KOLB)	[2] pag.157-191
4. Strategii didactice pentru însușirea tehnicii.	2 ore	Metoda piramidei (bulgarele de zăpadă)	[1] pag.47-85
5. Strategii didactice pentru însușirea tacticii.	2 ore	Metoda Icebreak (spărgătorul de gheață)	[1] pag.101-161
6. Programa școlară de educație fizică pentru			

clasele IX-XII.	2 ore	Brainstorming	[1] pag.21-22,26,29
7. Aparate ajutătoare și metodică predării. Greșeli de execuție și metodică corectării lor.	2 ore	Lucrul în grupe mici Verbale (expunerea, explicația, conversația) Intuitive (observarea – metoda acvariului)	[4] pag.67-83

Bibliografie

1. Făgăraș P. “Didactica jocului de baschet” , Ed. Universității “Alexandru Ioan Cuza” Iași, 2014. (accesibil la Biblioteca USV).
2. Hânsa, C., Călin, L.-“Baschet-tehnică și tactică”, Editura Fundației Universității “Dunărea de Jos”, Galați, 2004; (pus la dispoziție de titularul cursului).
3. Păunescu A. și colab. “Repere metodologice pentru aplicarea curriculumului național”, Centrul Național de Politici și Evaluare în Educație, București 2023; (pus la dispoziție de titularul cursului).
4. Negrea V. “Metodica jocului de baschet” Ed. Ovidius University Press, 2016. (accesibil la Biblioteca USV).
5. Regulamentul oficial al jocului de baschet ; *****www.frbaschet.ro – 2023.

Bibliografie minimală

1. Hânsa, C., Călin, L.-“Baschet-tehnică și tactică”, Editura Fundației Universității “Dunărea de Jos”, Galați, 2004; (pus la dispoziție de titularul cursului).
2. Negrea V. “Metodica jocului de baschet” Ed. Ovidius University Press, 2016. (accesibil la Biblioteca USV).
3. Regulamentul oficial al jocului de baschet; www.frbaschet.ro. 2023.

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Baschet Lucrări practice = 14 ore – Sem.3 Îmbunătățirea nivelului tehnico-tactic de practicare a jocului: Înșușirea corectă a următorului bagaj de procedee tehnice:		intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	
• Deplasarea, oprirea, ținerea, prinderea și pasarea mingii.	2 ore	intuitive	[1,2,3,4]
• Pivotarea, driblingul, aruncarea la coș, fentele.	2 ore	(observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	[1,2,3,4]
Înșușirea acțiunilor tactice individuale și colective în apărare și atac: depășirea, pătrunderea, combinațiile simple etc.	2 ore	(observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare,	[2,3,4]
Înșușirea de cunoștințe teoretico-metodice: ➤ Îmbunătățirea capacității de a conduce și îndruma consolidarea și perfecționarea acțiunilor individuale într-o ordine metodică logică, cursivă și eficientă;	2 ore	intuitive	[2] pag. 47-85

➤ Îmbunătățirea capacității de a fi un bun organizator al competițiilor școlare și conducător al echipelor (antrenor);	2 ore	(observarea, demonstrația),	[3] pag. 72-91
➤ Aplicarea regulamentului de joc, cu mici derogări în jocurile pregătitoare cu temă și cu aplicare a regulilor stricte în competiții, precum și dezvoltarea abilității de a arbitra o competiție de baschet.	2 ore	practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare.	[5] pag. 6-96
Probe și norme de control pentru verificarea nivelului de însușire a cunoștințelor practice.	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea),	

Bibliografie

1. Fleancu J, Ciorbă C. – „Baschet – Îndrumar practico-metodic”, Ed. Cultura, Pitești, 2001. (pus la dispoziție de titularul cursului).
2. Făgăraș P. “Didactica jocului de baschet” , Ed. Universității “Alexandru Ioan Cuza”Iași, 2014. (accesibil la Biblioteca USV).
3. Hânsa, C., Călin, L.-“Baschet-tehnică și tactică”, Editura Fundației Universității “Dunărea de Jos”, Galați, 2004. (pus la dispoziție de titularul cursului).
4. Luca Gh, Pavelescu D. - „Baschet” Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2000. (pus la dispoziție de titularul cursului).
5. Regulamentul oficial al jocului de baschet; www.frbaschet.ro. 2023.

Bibliografie minimală

1. Făgăraș P. “Didactica jocului de baschet” , Ed. Universității “Alexandru Ioan Cuza”Iași, 2014. (accesibil la Biblioteca USV).
2. Luca Gh, Pavelescu D. - „Baschet” Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2000. (pus la dispoziție de titularul cursului).
3. Regulamentul oficial al jocului de baschet; www.frbaschet.ro. 2023.

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

Conținuturile abordate în cadrul disciplinei sunt în concordanță cu cerințele sociale din cadrul învățământului liceal și acoperă aspecte fundamentale necesare ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic în ceea ce privește predarea jocului de baschet, înarmând viitorul specialist cu cunoștințe și competențe pentru activitatea profesională ulterioară. Disciplina urmărește să formeze la studenți obișnuința conducerii unui proces didactic bazat pe respectarea principiilor metodice, precum și abordarea instruirii prin prisma metodelor didactice moderne, centrate pe elev. Competențele care se vor regăsi la absolventul prezentului curs vor asigura predarea acestei discipline la un nivel mediu, îmbinând patru compartimente importante ale disciplinei: tehnic, metodic, tactic și de regulament.

10. Evaluare

10.1 Standard minim de performanță evaluare la curs

10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- însușirea noțiunilor de bază ale disciplinei; (CS5)	- examen oral	50%

	- utilizarea terminologiei specifice; (CGT4) - cunoașterea noțiunilor de bază de arbitraj și de regulament (CS7); - abilitatea de a întocmi sisteme de acționare metodice pentru învățarea unui procedeu tehnic; (CGT4) - capacitatea de analiză critică a formării și / sau corectării unei deprinderi specifice. (CS8)		
Lucrări practice	Cunoașterea deprinderilor motrice specifice jocului, demonstrarea lor, precum și identificarea și corectarea greșelilor de tehnică specifice disciplinei. (CGT4)	- colocviu individual	40%
Proiect	Corecta întocmire a proiectului, afișului și prezentarea portofoliului (CS8).	- Portofoliu de evaluare.	10%

Standard minim de performanță

10.1 Standard minim de performanță evaluare la curs: Utilizarea oportună a terminologiei specifice, descrierea corectă a principalelor greșeli de execuție la procedeele tehnice din jocul de baschet, cunoașterea celor mai importante semnalizări ale arbitrilor de baschet și descrierea corectă a 3 mijloace pentru învățarea unui procedeu tehnic din jocul de baschet.

10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă: Participare la 80 % lucrări practice, susținerea lecției metodice cu tema impusă, executarea parcursului aplicativ cu mai puțin de două greșeli esențiale și două neesențiale, executarea corectă a aruncărilor la coș cu o mână de deasupra umărului cu mai puțin de două greșeli.

Notă: Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
19.09.2023		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
19.09.2023	

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
20.09.2023	

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
21.09.2023	

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI EXTRACURRICULARĂ

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	METODICA PREDĂRII VOLEIULUI ÎN LICEU				
Titularul activităților de curs	Lect. univ. dr. Moroșan Larionescu Virgil Adrian				
Titularul activităților aplicative	Lect. univ. dr. Moroșan Larionescu Virgil Adrian				
Anul de studiu	II	Semestrul	4	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

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

I.a) Număr de ore pe săptămână	4	Curs	1	Seminar		Lucrări practice	1	Proiect	
I.b) Totalul de ore din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar		Lucrări practice	14	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp	ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	15
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	20
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	28
II d) Tutoriat	
III.Examinări	3
IV. Alte activități:	6

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	63
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	
Competențe	

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector, planșe, diagrame
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, fluier, jaloane, bănci de gimnastică, mingi.

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CG4. Utilizarea și interpretarea adecvată a unor metode, tehnici și instrumente de investigare și aplicare.
Competențe transversale	CS5. Abilitate de identificare, formulare, analiză și rezolvare de probleme. CS7. Însușirea actului pedagogic de comunicare în vederea transmiterii cunoștințelor abstracte și concrete prin tehnici specifice de instruire. CS8. Formarea unor deprinderi de învățare pentru a putea construi și evalua obiectivele profesionale și manageriale în funcție de scopul urmărit.

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

Obiectivul general al disciplinei	Să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării și să-și formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați, cunoscând scopul, finalitățile și obiectivele predării.
-----------------------------------	---

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs teoretic = 14 ore			
8. Metodica instruirii în volei.			
- orientări metodice generale.	1 oră	Intuitive (observarea – metoda acvariului)	[1] pag.4-43
- principii de bază, cerințe metodice.			
- stadiile instruirii în volei cale optimă în instruire.			
- sistematizarea mijloacelor.	1 oră		
9. Mecanica arbitrajului în jocul de volei		Jocul de rol	[6] pag. 63-84
10. Probleme organizatorice specifice lecției în care una din teme este din volei.	1 oră	Învățarea experiențială	[5] pag. 7-15
11. Caracteristici morfo-funcționale ale elevilor din clasele IX-XII.	1 oră	(Metoda KOLB)	[5] pag.16-20
12. Tehnica și tactica jocului de volei la nivelul vârstei de 15-18 ani.	1 oră	Metoda piramidei (bulgarele de zăpadă)	
13. Predarea jocului de volei în lecția de educație fizică.	1 oră		[5] pag. 21-36
14. Metode, sisteme de acționare și forme de practicare a jocului de volei la clasele IX-XII.	1 oră	Metoda Icebreak (spărgătorul de	[3] pag. 16-89

15. Strategii de predare a educației fizice la clasele IX-XII.	1 oră	gheață)	[5] pag.91, 35-97, [4] pag.42-45
16. Programa școlară de educație fizică pentru clasele IX-XII.	1 oră	Brainstorming	
17. Sisteme de acționare pentru clasa a IX-a.	1 oră	Lucrul în grupe	[5] pag. 45-51
18. Sisteme de acționare pentru clasa a X-a.	1 oră	mici	[5] pag. 52-57
19. Sisteme de acționare pentru clasa a XI-a.	1 oră	Verbale	[5] pag. 58-63
20. Sisteme de acționare pentru clasa a XII-a.	1 oră	(expunerea, explicația, conversația)	[5] pag. 64-68
21. Aparate ajutătoare și metodică predării. Greșeli de execuție și metodică corectării lor.	1 oră	Intuitive (observarea – metoda acvariului)	[3] pag. 45, 53, 89

Bibliografie

6. Conohova Tatiana – „Teoria și metodică jocului de volei: (curs de bază)”, Ed. Pim, 2014. (accesibil la Biblioteca USV).
7. Iacob I. & colab. – “Volei. Caiet de lucrări practice”, Ed. Univ. “Al.I.Cuza”, Iași 1997. (pus la dispoziție de titularul cursului).
8. Larionescu Virgil – “Volei- Îndrumar practico-metodic” Ed. Univ. “Ștefan cel Mare” Suceava, 2009. (accesibil la Biblioteca USV).
9. Larionescu V.@ colab. - “Educație fizică și sport”, Ed. Aeternitas, Alba Iulia, 2014. (pus la dispoziție de titularul cursului).
10. Păcuraru A. – „Metodică voleiului în liceu” – Ed. Universității „Dunărea de Jos” Galați, 2004. (pus la dispoziție de titularul cursului).
11. www.frvolei.ro 2022.

Bibliografie minimală

- o Conohova Tatiana – „Teoria și metodică jocului de volei: (curs de bază)”, Ed. Pim, 2014. (accesibil la Biblioteca USV).
- o Păcuraru A. – „Metodică voleiului în liceu” – Ed. Universității „Dunărea de Jos” Galați, 2004. (pus la dispoziție de titularul cursului).

Aplicații (Seminar/laborator/proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Volei Lucrări practice = 14 ore – Sem.3			
. Îmbunătățirea nivelului tehnico-tactic de practicare a jocului			
Înșușirea corectă a următorului bagaj de acțiuni individuale.			
➤ Ridicarea pentru atac, cu traiectorie întinsă peste o zonă (din Z ₂ în Z ₄); Atac pe direcția elanului și atac întors, blocaj individual și colectiv de 2 și 3 jucători;	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.	[1,2,3,4] [2] pag. 66-69, [1] pag. 107-109 [3] pag. 109-112
➤ Serviciu de sus din față și preluare din serviciu cu 2 mâini de jos și de sus; Preluarea din atac cu două mâini de jos prin amortizare; Preluarea din plonjon pe spate și lateral.	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare,	[2] pag. 35-71 [1] Pag. 68-82
Înșușirea acțiunilor tactice colective la primirea și la efectuarea serviciului.	2 ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare,	
➤ Așezarea la efectuarea serviciului jucătorii		intuitive	[4] pag. 111-115

<p>din linia I la fileu, pregătiți pentru acțiunile de blocaj colectiv, cei din linia a doua, în arc de cerc cu zona 6 retras;</p> <p>➤ Așezarea la primirea serviciului în 4 jucători dispuși pe două linii paralele, înapoia liniei de 3 m. a terenului.</p> <p>Însușirea acțiunilor tactice colective în atac.</p> <p>➤ Combinații în atac cu pase în urcare și întinse;</p> <p>➤ Acțiuni de dublare și plasament în atac pe zone.</p> <p>Însușirea acțiunilor tactice colective în apărare.</p> <p>➤ Acțiuni colective pentru jucătorii din linia a 2-a cu integrare în sistemul de apărare cu zona 6 retras;</p> <p>➤ Acțiuni colective pentru jucătorii din linia I, blocaj colectiv și dublarea blocajului.</p> <p>Însușirea modelului de joc pentru avansați-performanță (model final de joc, 6x6 pe teren normal), cu indicatorii enunțați mai sus pentru cele 2 faze ale jocului.</p> <p>2. Însușirea de cunoștințe teoretico-metodice (sarcină permanentă)</p> <p>➤ Îmbunătățirea capacității de a conduce și îndruma consolidarea și perfecționarea acțiunilor individuale într-o ordine metodică logică, cursivă și eficientă;</p> <p>➤ Îmbunătățirea capacității de a fi un bun organizator al competițiilor școlare și conducător al echipelor (antrenor);</p> <p>➤ Aplicarea regulamentului de joc, cu mici derogări în jocurile pregătitoare cu temă și cu aplicare a regulilor stricte în competiții.</p> <p>Probe și norme de control pentru verificarea nivelului de însușire a cunoștințelor practice.</p>	<p>2 ore</p> <p>2 ore</p> <p>2 ore</p> <p>2 ore</p>	<p>(observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare. intuitive</p> <p>(observarea, demonstrația), practice(exersarea), intuitive</p> <p>(observarea, demonstrația), practice(exersarea), metoda aparatelor ajutătoare, învățarea prin descoperire.</p> <p>practice(exersarea)</p> <p>practice(exersarea)</p>	<p>[4] pag. 115-119</p> <p>[1] pag. 146-150</p> <p>[4] pag. 144-154</p> <p>[4] pag. 145-161</p> <p>[4] pag. 162-174</p> <p>[1] pag. 83-85, [2] pag. 98-103</p> <p>[5] pag. 61-80</p> <p>[2] pag. 10</p>
Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> ○ 1. Iacob I. & colab. – “Volei. Caiet de lucrări practice”, Ed. Univ. “Al.I.Cuza”, Iași 1997. (pus la dispoziție de titularul cursului). ○ Larionescu Virgil – “Volei- Îndrumar practico-metodic” Ed. Univ. “Ștefan cel Mare” Suceava, 2010. (accesibil la Biblioteca USV). ○ Larionescu V.@ colab. - “Educație fizică și sport”, Ed. Aeternitas, Alba Iulia, 2014. (pus la dispoziție de titularul cursului). ○ Păcuraru A. – „Volei tehnică și tactică” – Ed. Universității „Dunărea de Jos” Galați, 2004. (pus la dispoziție de titularul cursului). <p>www.frvolei.ro – 2022 (pus la dispoziție de titularul cursului).</p>			
Bibliografie minimală			
<p>1. Iacob I. & colab. – “Volei. Caiet de lucrări practice”, Ed. Univ. “Al.I.Cuza”, Iași 1997. (pus la dispoziție de titularul cursului).</p> <p>2. Larionescu Virgil – “Volei- Îndrumar practico-metodic” Ed. Univ. “Ștefan cel Mare” Suceava, 2010. (accesibil la Biblioteca USV).</p>			

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

Conținuturile abordate în cadrul disciplinei sunt în concordanță cu cerințele sociale din cadrul învățământului liceal și acoperă aspecte fundamentale necesare ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic în ceea ce privește predarea jocului de volei, înarmând viitorul specialist cu cunoștințe și competențe pentru activitatea profesională ulterioară. Disciplina urmărește să formeze la studenți obișnuința conducerii unui proces didactic bazat pe respectarea principiilor metodice, precum și abordarea instruirii prin prisma metodelor didactice moderne, centrate pe elev. Competențele care se vor regăsi la absolventul prezentului curs vor asigura predarea acestei discipline la un nivel mediu, îmbinând patru compartimente importante ale disciplinei: tehnic, metodic, tactic și de regulament.

10. Evaluare

10.1 Standard minim de performanță evaluare la curs

10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- însușirea noțiunilor de bază ale disciplinei; (CS5) - utilizarea terminologiei specifice; (CGT4) - cunoașterea noțiunilor de bază de arbitraj și de regulament (CS7); - abilitatea de a întocmi sisteme de acționare metodice pentru învățarea unui procedeu tehnic; (CGT4) - capacitatea de analiză critică a formării și / sau corectării unei deprinderi specifice. (CS8)	- examen oral	50%
Lucrări practice	Cunoașterea deprinderilor motrice specifice jocului, demonstrarea lor, precum și identificarea și corectarea greșelilor de tehnică specifice disciplinei. (CGT4)	- colocviu individual	40%
Proiect	Corecta întocmire a proiectului, afișului și prezentarea portofoliului (CS8).	- Portofoliu de evaluare.	10%

Standard minim de performanță

10.1 Standard minim de performanță evaluare la curs: Utilizarea oportună a terminologiei specifice, descrierea corectă a principalelor greșeli de execuție la procedeele tehnice din jocul de volei, cunoașterea celor mai importante semnalizări ale arbitrilor de volei și descrierea corectă a 3 mijloace pentru învățarea unui procedeu tehnic din jocul de volei.

10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă: Participare la 80 % lucrări practice, susținerea lecției metodice cu tema impusă, executarea a unui serviciu cu o mână de sus în zonă, transmiterea mingii în teren pe diagonală la atac din pas normal și reușirea executării procedeeului “preluarea mingii din serviciu”.

Notă: Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul

sportiv / federația sportivă națională / angajator.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
19.09.2023		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
19.09.2023	

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
20.09.2023	

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
21.09.2023	

FIȘA DISCIPLINEI
(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA "STEFAN CEL MARE" DIN SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	METODICA SPORTURILOR DE COMBAT				
Titularul activităților de curs	Lector. univ. dr. Pricop Gheorghe				
Titularul activităților aplicative	Lector. univ. dr. Pricop Gheorghe				
Anul de studiu	II	Semestrul	4	Tipul de evaluare	Examen
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DSI
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI – impusa, DO – opționala, DF – facultative				DI

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	2	Curs	1	Seminar	Laborator/ Lucrări practice	1	Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	28	Curs	14	Seminar	Laborator/ Lucrări practice	14	Proiect	

II Distribuția fondului de timp	Ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	25
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	24
II d) Tutoriat	
III Examinări	3
IV Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	69
Total ore pe semestru (Ib+II+II+IV)	100
Numărul de credite	4

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> - capacități motrice generale - componentele condiției fizice optime - bazele fizice ale performanței - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă - punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități - dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoprojector 	
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: saltele, aparatura specifică sala de fitness
	Proiect	

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CG 4 Utilizarea și interpretarea adecvată a unor metode, tehnici și instrumente de investigare și aplicare.
Competențe transversale	CS 5 Abilitatea de identificare, formulare, analiză și rezolvare de probleme. CS 6. Dezvoltarea aptitudinilor și capacităților de execuție în cadrul lecțiilor practice, teoretice și metodice pentru educația fizică școlară și sportivă din învățământul liceal și universitar. CS 9 Formarea obișnuinței studiului individual pentru valorificarea optimă și creativă a propriului potențial prin dezvoltarea unor capacități de aplicare în relații de parteneriat cu alte persoane și implicarea în dezvoltarea instituțională.

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării; - să cunoască scopul, finalitățile și obiectivele predării; - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptul predării; - să cunoască diverse tehnici de predare; - să-și formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați.
-----------------------------------	--

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Curs 1 Notiuni introductive <ul style="list-style-type: none"> • Istoricul artelor marțiale • Arte marțiale tradiționale • Arte marțiale moderne • Artele marțiale și societatea 	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
Curs 2 Artele marțiale în școli <ul style="list-style-type: none"> • Avantajele practicării artelor marțiale de către elevi • Artele marțiale ca activitate extracurriculară • Rezolvarea temelor lecției prin mijloace specifice sporturilor de luptă • Organizarea lecției pe părți, aspect generale 	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
Curs 3 Front și formații de lucru <ul style="list-style-type: none"> • Formații de lucru. Generalități. • Sarcinile exercițiilor de front și formații • Organizare unei formații • Tipuri de formații 	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
Curs 4 Modalități de exersare specifice <ul style="list-style-type: none"> • Direcții de acțiune • Modalități de acțiune • Modalități de acțiune pe perechi • Modalități de acțiune pe grupe 	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
Curs 5 Tehnica sporturilor de combat <ul style="list-style-type: none"> • Notiuni generale privind tehnica de combat • Tehnica de bază. Metode de lucru • Tehnica de atac. Metode de lucru • Tehnica de apărare. Metode de lucru 	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
Curs 6 Tactica <ul style="list-style-type: none"> • Notiuni generale privind tactica de combat • Tactica de bază. Metode de lucru • Tactica de atac. Metode de lucru • Tactica de apărare. Metode de lucru 	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
Curs 7. Complexe de exerciții în viziunea orientală <ul style="list-style-type: none"> • Formele sau complexe de exerciții impuse • Clasificarea formelor • Aspecte importante pentru o executare corectă a formelor 	2	Expunere Prelegere Brainstorming Problematizare	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)

Bibliografie

1. Pricop G., Metodica sporturilor de combat – note de curs 2023
2. Pricop G., Călătorie în lumea artelor marțiale, Editura Absolvent Plus, Suceava 2015
3. Galan, D., Curs de autoapărare pentru studenți, anul I de studiu, Editura Cartea universitară, București, 2005

4. Hantău, I., Bocioacă, - Antrenamentul în judo, Editura Universității din Pitești, 1998
5. Ion Ene Mircea. Arte Marțiale. Autoapărare fizică, Universitatea Dunărea de Jos Galați
6. Iordache Enache Autoapărarea Fizică, Editura Romfel, 1992
7. Lascu, V., G., - Judo, Editura Sport-Turism, București, 1986
8. Lydie Raisin, Ghid de autoapărare
9. Muraru, A., Judo, Editura Sport-Turism, București, 1985

Bibliografie minimală

1. Pricop G., Metodica sporturilor de combat – note de curs 2023
2. Pricop G., Călătorie în lumea artelor marțiale, Editura Absolvent Plus, Suceava 2015
3. Ion Ene Mircea. Arte Marțiale. Autoapărare fizică, Universitatea Dunărea de Jos Galați
4. Iordache Enache Autoapărarea Fizică, Editura Romfel, 1992

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<p>Lucrare practică 1</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții specifice pregătitoare pe perechi. Simțul adversarului Setul nr 1 stretching – (ex 1/3) • Consolidare și perfecționare – tehnica de baza specifică sporturilor de luptă Pozitii, poziția de garda, deplasări specifice • Artele marțiale interne. Tai chi 13 forme (ex introductive) 	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
<p>Lucrare practică 2</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții specifice pregătitoare pe perechi. Simțul adversarului Setul nr 1 stretching – (ex 4/6) • Consolidare și perfecționare – tehnica de atac cu membrele superioare • Artele marțiale interne - Tai chi 13 forme (ex 1/2) 	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
<p>Lucrare practică 3</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții specifice pregătitoare pe perechi Simțul adversarului Setul nr 2 manipularea membrilor adversarului – (ex 1/3) • Consolidare și perfecționare – tehnica de atac cu membrele superioare – tehnica de apărare • Artele marțiale interne. Tai chi 13 forme (ex 2/3) 	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
<p>Lucrare practică 4</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții specifice pregătitoare pe perechi Simțul adversarului Setul nr 2 manipularea membrilor adversarului – (ex 4/6) • Consolidare și perfecționare – tehnica de atac cu membrele inferioare • Artele marțiale interne. Tai chi 13 forme ex (ex 1/4) 	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
<p>Lucrare practică 5</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții specifice pregătitoare pe perechi Simțul adversarului Setul nr 3 controlul adversarului - (ex 1/3) • Consolidare și perfecționare – tehnica de atac cu membrele inferioare – tehnica de apărare • Artele marțiale interne. Tai chi 13 forme (ex 1/5) 	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
<p>Lucrare practică 6</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții specifice pregătitoare pe perechi Simțul adversarului 	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile)

Setul nr 3 controlul adversarului - (ex 4/6) <ul style="list-style-type: none"> Consolidare si perfectionare –tactica de lupta - combinatii de atac Artele martial interne. Tai chi 13 forme, forma complete 		Metoda exersării	în format fizic la titularul disciplinei)
Lucrare practică 7 <ul style="list-style-type: none"> Artele martial interne - Tai chi 13 forme ex final <ul style="list-style-type: none"> Verificarea cunostintelor 	2	Expunere - explicație Descrierea Demonstrația Metoda exersării	Bibliografie 1. (pusă la dispoziția studentului) Bibliografii 2-4 (disponibile în format fizic la titularul disciplinei)
Bibliografie			
1. Pricop G., Metodica sporturilor de combat – note de curs 2023 1. Pricop G., Călătorie în lumea artelor marțiale, Editura Absolvent Plus, Suceava 2015 2. Galan,D.,Curs de autoapărare pentru studenți,anull de studiu,Editura Cartea universitară,București,2005 1. Hantău,I.,Bocioacă.,-Antrenamentul în judo,Editura Universității din Pitești,1998 2. Ion Ene Mircea. Arte Marțiale. Autoapărare fizică, Universitatea Dunărea de Jos Galați 3. Iordache Enache Autoapărarea Fizică, Editura Romfel, 1992 4. Lascu,V.,G.,-Judo,Editura Sport-Turism,București,1986 5. Lydie Raisin, Ghid de autoapărare 6. Muraru,A.,Judo,Editura Sport-Turism,București,1985			
Bibliografie minimală			
1. Pricop G., Metodica sporturilor de combat – note de curs 2023 1. Pricop G., Călătorie în lumea artelor marțiale, Editura Absolvent Plus, Suceava 2015 2. Ion Ene Mircea. Arte Marțiale. Autoapărare fizică, Universitatea Dunărea de Jos Galați 3. Iordache Enache Autoapărarea Fizică, Editura Romfel, 1992			

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru primul ciclu doi de formare profesională, ciclul de masterat. Face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.

10. Evaluare

10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	- Cunoașterea conceptelor de bază ale teoriei CG 4 -Cunoașterea elementelor de bază (CS5, CS6, CS9)	Examen scris si oral	50%
Laborator	Exersarea și demonstrarea izolat si în structuri tehnico-tactice a elementelor și procedeele tehnico-tactice (CG 4) (CS5, CS6, CS9)	Verificare practică	50%
Proiect			

Standard minim de performanță

10.1 Standarde pentru nota 5 – Curs

- însușirea principalelor noțiuni specifice disciplinei;
- parcurgerea bibliografiei minimale;
- Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea

beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

Standarde pentru nota 10

- cunoașterea noțiunilor specifice și aprofundate din domeniu;
- parcurgerea bibliografiei suplimentare.

10.1 Standarde pentru nota 5 – Lucrări practice

- realizarea de complexe de exerciții specifice obiectivelor kinesiologiei;
- Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

Standarde pentru nota 10

- realizarea de complexe de exerciții specifice obiectivelor kinesiologiei;
- aprofundarea noțiunilor specifice domeniului;
- participarea la activitățile practice și îndeplinirea sarcinilor de lucru.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
19.09.2024		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului

FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „Stefan cel Mare” din SUCEAVA
Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTERAT
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	COMUNICARE INFORMATIZATĂ ȘI TEHNICI DE LUCRU				
Titularul activităților de curs					
Titularul activităților aplicative	Conf. univ. dr. Benedek Florian				
Anul de studiu	II	Semestrul	II	Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DI

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână		Curs		Seminar	1	Laborator		Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	14	Curs		Seminar	14	Laborator		Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	20
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	10
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	3
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	3
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	33
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	50
Numărul de credite	2

4 Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	•

5 Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	•	
Desfășurare aplicații	Seminar	• resurse materiale: Sala seminar, Banci, Calculatoare, Aparatura electronica
	Laborator	•
	Proiect	•

6 Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CG4. Utilizarea și interpretarea adecvată a unor metode, tehnici și instrumente de investigare și aplicare.
Competențe transversale	CS10. Dezvoltarea unor aptitudini și capacități de valorificare a cunoștințelor dobândite în procesul de învățământ, de asigurare a modalității de selecție pentru activitatea sportivă și de organizare managerială în instituțiile de profil.

7 Obiectivele disciplinei (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

Obiectivul general al disciplinei	• Dezvoltarea unui set complex de competențe necesare specialistului în educație fizică și sport, astfel încât acesta prin cooperare și lucru în echipă să poată
-----------------------------------	--

	elabora și implementa proiecte de cercetare, precum și publica articole relevante în fluxul principal de reviste din domeniu cotate ISI, prin utilizarea metodologiei de cercetare specifică și respectarea aspectelor de etică ale domeniului. (CG4, CS10)
	•

8 Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
•			
Bibliografie			
•			

Aplicații (Seminar / laborator / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> • Notiuni introductive Stiinta sau stiintele comunicarii? Ce este comunicarea? Principiile comunicarii 	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 2. Cap. 1. PPT(pus la dispoziție) Curs disponibil la biblioteca USV
<ul style="list-style-type: none"> • Comunicarea umana Unitati si caracteristici ale comunicarii Nivelurile comunicarii umane 	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 1. Cap. 1. PPT(pus la dispoziție) Curs disponibil la biblioteca USV
<ul style="list-style-type: none"> • Abilitatea de a comunica. Etape ale dezvoltarii comunicarii umane Comunicarea umana de tip nonverbal Limbajul trupului 	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 2. Cap. 2. PPT(pus la dispoziție) Curs disponibil la biblioteca USV
<ul style="list-style-type: none"> • Comunicarea umana de tip verbal Semnul lingvistic Limba si vorbire Limbaj si actiune 	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 2. Cap. 2. PPT(pus la dispoziție) Curs disponibil la biblioteca USV
<ul style="list-style-type: none"> • Tehnici de comunicare Comunicarea scrisa Tipuri de interviuri. Interviul de angajare 	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 2. Cap. 3. PPT(pus la dispoziție) Curs disponibil la biblioteca USV
<ul style="list-style-type: none"> • Comunicarea scrisa Redactarea unui <i>curriculum vitae</i> Redactarea unei scrisori de intentie/motivatie Redactarea unei invitatii 	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 2. Cap. 4. PPT(pus la dispoziție) Curs disponibil la biblioteca USV
<ul style="list-style-type: none"> • Comunicarea mediata de calculator Risc, virtualitate si putere Funcțiile clientilor de e-mail 	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația),	Bibliografie 2. Cap. 4. PPT(pus la dispoziție) Curs disponibil la biblioteca USV

Bibliografie

[1] Burt Shelley, *Fii pregătit pentru interviu*, traducere din limba engleza de Carmen Prodan, Editura Tehnica, Bucuresti, 1999.

[2] Graur Evelina Tehnici de comunicare Ed. Mediamira Cluj-Napoca 2001

[3] Dâncu, Vasile Sebastian, *Comunicarea simbolica. Arhitectura discursului publicitar*, Editura Dacia, Cluj-Napoca, 1999.

[4] Dospinescu, Vasile, *Semne si cunoastere în discursul didactic*, cu un cuvînt înainte de Maria Carpov, Editura Junimea, Iasi, 1998.

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

- Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru al doilea ciclu de formare profesională, ciclul de master, face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască masteranzii cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe masterand. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe masterandul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui masterand în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția masterandului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.

10 Evaluare

10.1 Standard minim de performanță evaluare curs

10.2 Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Seminar	Evaluarea activitatii pe parcursul semestrului Realizarea si prezentarea unui portofoliu individual (CG14, CS10)	colocviu individual Prezentarea unui proiect individual cu tema la alegere	100%
Laborator			
Proiect			
Standard minim de performanță			
<ul style="list-style-type: none"> • Studenții sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator 			
10.2 SEMINAR			
- participarea la activități cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru; realizarea temelor de lecție la SEMINARII			

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
16.09.2023		

Data avizării	Semnătura responsabilului de program

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului

FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTURILOR ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER, ÎNVĂȚĂMÂNT CU FRECVENȚĂ
Programul de studii	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	ELABORARE DISERTAȚIE				
Titularul activităților de curs	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Titularul activităților aplicative	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena				
Anul de studiu	II	Semestrul	III	Tipul de evaluare	COLOCVIU
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DSI
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	4	Curs		Seminar		Laborator	4	Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	56	Curs		Seminar		Laborator	56	Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	55
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	70
II.b) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	40
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	4
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	169
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	225
Numărul de credite	9

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	•	
Desfășurare aplicații	Seminar	•
	Laborator	• mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: cronometru, calculator etc.
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	CP2. Aplică strategii didactice CP4. Monitorizează progresele realizate în domeniul de specialitate
Competențe transversale	CT1. Competențe sociale și de comunicare

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> Obiectivul general al disciplinei este de a învăța noțiunile esențiale din terminologia cercetării științifice, de a analiza conceptele-cheie, procesele fundamentale și cunoștințele teoretice și practice specifice domeniului, cu scopul de a elabora o lucrare de disertație. (CP2, CP4, CT1)
-----------------------------------	---

8. **Conținuturi**

Curs ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Bibliografie			

Laborator 56 ore	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<ul style="list-style-type: none"> Ghid elaborare lucrare disertație-informații generale 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	
<ul style="list-style-type: none"> Alegerea temei de cercetare 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	
<ul style="list-style-type: none"> Stabilirea documentarii necesare 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 175
<ul style="list-style-type: none"> Scopul lucrării 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 176-178
<ul style="list-style-type: none"> Obiectivele lucrării 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 179
<ul style="list-style-type: none"> Ipoteza/Ipotezele lucrării 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 179
<ul style="list-style-type: none"> Fundamentarea științifică a lucrării (1) 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 181
<ul style="list-style-type: none"> Fundamentarea științifică a lucrării (2) 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 180
<ul style="list-style-type: none"> Organizarea și desfășurarea cercetării 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 180
<ul style="list-style-type: none"> Metoda anchetei 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 181-182
<ul style="list-style-type: none"> Metoda experimentală 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag.227
<ul style="list-style-type: none"> Metoda observației 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[2]-Pag. 245
<ul style="list-style-type: none"> Metoda matematico-statistică 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[2]-Pag. 204
<ul style="list-style-type: none"> Metoda grafică 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 285-319
<ul style="list-style-type: none"> Rezultatele cercetării și interpretarea lor 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[4]-Pag. 101-111
<ul style="list-style-type: none"> Formularea concluziilor 	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 182-184

• Bibliografie	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 186-186
• Reguli de redactare a lucrării de disertație	2 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[1]-Pag. 187
• Susținerea lucrării de disertație	3 ore	Documentare web, explicație, testare, aplicare	[4] -65-74, 188

Bibliografie

- [1] Adrian Gagea, Metodologia cercetării științifice în educație fizică și sport, București, 1999;
 [2] Mihai Epuran, Metodologia cercetării activităților corporale, Ediția a 2-a, București, 2005;
 [3] Adrian Gagea, Recomandări privind redactarea și susținerea lucrărilor de licență în domeniul educației fizice și sportului, București, 2003;
 [4] Gheorghiu G., Metodologia cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului, Editura Academica, 2007

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

--

10. Evaluare

10.1. Standard minim de performanță evaluare curs

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Laborator	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Evaluarea capacității de a prezenta oral un referat din domeniul nostru de activitate-pondere din nota finală 30% ✓ Evaluarea capacității de a prezenta oral în Power Point un articol științific din domeniul nostru de activitate-pondere din nota finală 50% ✓ Participarea la o Conferință Științifică Studențească din domeniul nostru de activitate-pondere din nota finală 20% (CP2, CP4, CT1) 	Colocviu oral	100%
Proiect			

Standard minim de performanță

10.1. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Expunerea structurii logice a disertației (introducere, capitole, concluzii).

Expunerea contribuției proprii în cadrul temei abordate

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena	Conf. univ. dr. Vizitiu Lakhdari Elena

Data avizării	Semnătura responsabilului de program

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului

FIȘA DISCIPLINEI
(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA „ȘTEFAN CEL MARE” SUCEAVA
Facultatea	FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Departamentul	DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
Domeniul de studii	ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE
Ciclul de studii	MASTER
Programul de studii/calificarea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘCOLARĂ ȘI ACTIVITĂȚI EXTRACURRICULARE

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	TEHNICI ORIENTALE ÎN EDUCAȚIE FIZICĂ				
Titularul activităților de curs	Lector. univ. dr. Pricop Gheorghe				
Titularul activităților de seminar	Lector. univ. dr. Pricop Gheorghe				
Anul de studiu	II	Semestrul	3	Tipul de evaluare	Colocviu
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI – impusa, DO – optionala, DF - facultativa				DO

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

I a) Număr de ore pe săptămână	3	Curs	1	Seminar		Lucrări practice	2	Proiect	
I b) Totalul de ore din planul de învățământ	42	Curs	14	Seminar		Lucrări practice	28	Proiect	

II Distribuția fondului de timp	Ore
II a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	50
II b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	50
II c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	20
II d) Tutoriat	
III Examinări	2
IV Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	120
Total ore pe semestru (Ib+II+II+IV)	150
Numărul de credite	6

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	<ul style="list-style-type: none"> - capacități motrice generale - componentele condiției fizice optime - bazele fizice ale performanței - reprezentări specifice domeniului - lucrul în echipă - punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități - dezvoltarea personalității

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului		<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal • resurse materiale: videoproiector
Desfășurare aplicații	Seminar	
	Laborator	<ul style="list-style-type: none"> • mod de organizare: frontal, grup, individual • resurse materiale: saltele, aparatura specifica sala de fitness
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>CG1. Culegerea, analiza și interpretarea de date și de informații din punct de vedere cantitativ</p> <p>CG2. Elaborarea un program personal de autoperfecționare.</p>
Competențe transversale	<p>CS 3. Analiza independentă a unor probleme și capacitatea de a comunica și a demonstra soluții</p> <p>CS 6. Dezvoltarea aptitudinilor și capacităților de execuție în cadrul lecțiilor practice, teoretice</p> <p>CS 7. Însușirea actului pedagogic de comunicare în vederea transmiterii cunoștințelor abstracte</p> <p>CS 11. Dezvoltarea aptitudinilor și a capacităților de a efectua activități independente în scopul</p>

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> - să înțeleagă conceptul de predare și implicațiile acestuia în realizarea învățării; - să cunoască scopul, finalitățile și obiectivele predării; - să poată prezenta într-o manieră proprie și adecvată conceptul predării; - să cunoască diverse tehnici de predare; - să-și formeze capacitatea de transmitere a informațiilor în mod diferit în funcție de caracteristicile celor educați.
Obiectivele specifice	<p>Curs</p> <p>1. Să demonstreze gândire creativă prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - folosirea, îmbunătățirea și evaluarea permanentă a unor strategii proprii de prezentare a conținuturilor informaționale; - conceperea unor modele de acționare și luarea unor decizii adecvate situațiilor dinamice continue; - formarea și folosirea unor deprinderi de judecată corectă; - utilizarea unor tehnici de argumentare variate în contexte sociale diferite. <p>2. Să folosească modalități variate de comunicare în funcție de situațiile reale prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de transmitere, de ascultare, de înțelegere a informațiilor transmise și primite; - formarea capacității de comunicare verbală, non-verbală și practică; - formarea capacității de asimilare și utilizare a terminologiei, a limbajului, codurilor, convențiilor diferitelor modalități de exprimare specifice disciplinelor sportive. <p>3. Să înțeleagă sensul apartenenței și responsabilității profesiei prin:</p>

		<ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de perfecționare și autoperfecționare continuă; - formarea capacității de integrare în viața socială specifică sistemului de învățământ structurat pe arii curriculare; - formarea capacității de responsabilitate față de actul educativ, și față de răspunderea formării oamenilor <p>4. 5. Să-și formeze un set de valori individuale profesionale și sociale pe care să le respecte în cariera didactică prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea competenței de aș susține și argumenta părerile, ideile; - formarea capacității de înțelegere a influenței mediului social și cultural asupra comportamentului.
	Seminar	
	Laborator	<p>Să înțeleagă și să folosească tehnologiile moderne prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea capacității de a mânui video-proiectorul, retroproiectorul, de a scana și a monta anumite secvențe, de a lucra în powerpoint etc.; - formarea capacității de a combina modalitățile de transmitere a informațiilor cu tehnologia modernă; - formarea capacității de folosire a echipamentelor informatice în calitatea lor de instrumente ale comunicării;
	Proiect	

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
<p>Curs 1: Conceptul Oriental în Educație fizică</p> <p>1.1. Definiția și scopul educației fizice în culturile orientale</p> <p>1.2. Compararea educației fizice orientale și occidentale</p> <p>1.3. Atitudini și comportamente. Respectul și recunoștința</p> <p>1.4. Filozofiile de viață și impactul lor asupra exercițiului fizic</p> <p>1.5. Echilibrul corp-minte în concepția orientală</p> <p>1.6. Importanța armoniei și energiei vitale (Qi, Prana) în educația fizică orientală</p>	2ore	Verbale (expunerea, explicația, conversația)	Bibliograf 1. Cap I pg 2-17
<p>Curs 2: Jocuri și activități tradiționale din culturile orientale</p> <p>2.1. Influența jocurilor Orientale asupra spiritului de echipă și dezvoltării fizice</p> <p>2.2 Jocuri tradiționale japoneze și educația fizică</p> <p>2.3. Jocuri din India: Kabaddi și Kho-Kho</p> <p>2.4. Activități și jocuri de echipă din China</p> <p>2.5. Jocuri coreene tradiționale și componenta fizică</p> <p>2.6. Jocuri specifice din Vietnam</p>	2ore	Intuitive (observarea – metoda acvariului)	Bibliograf 1. Cap II pg. 17-25
<p>Curs 3: Artele marțiale orientale și Educația fizică</p> <p>3.1. Karate și principiile sale în formarea fizică și mentală</p> <p>3.2. Judo: Dezvoltarea abilităților fizice și psihologice</p> <p>3.3. Taekwondo: O abordare modernă a educației fizice prin autoapărare</p> <p>3.4. Kung Fu: Rolul echilibrului și flexibilității în educația fizică</p> <p>3.5. Artele marțiale ca tehnică holistică de educație fizică</p>	2ore	Jocul de rol Învățarea experiențială (Metoda KOLB) Metoda piramidei (bulgarele de zăpadă)	Bibliograf 1. Cap III pg.25-31
Cursul 4: Practicile Yoga și legătura lor cu Educația fizică	2ore	Metoda	Bibliograf 1.CapIV

<p>4.1. Originile yoga și influența asupra corpului și minții 4.2. Asanele: Beneficiile fizice și impactul asupra flexibilității 4.3. Pranayama: Controlul respirației și dezvoltarea fizică armonioasă 4.4. Yoga Nidra: Relaxarea profundă ca metodă de regenerare fizică 4.5. Integrarea practicilor yoga în programele de educație fizică modernă</p>		<p>Icebreak (spărgătorul de gheață) Brainstorming</p>	<p>Pg 31-37</p>
<p>Curs 5: Qi Gong și Tai Chi - Exerciții energetice în Educația fizică 5.1. Qi Gong: Energia vitală și exercițiile pentru sănătate și forță 5.2. Tai Chi: Mișcări lente și coordonarea corpului și minții 5.3. Echilibrul și controlul în Tai Chi: Aplicații în educația fizică</p>	<p>2ore</p>	<p>Lucrul în grupe mici</p>	<p>Bibliograf 1.CapV pg.37-49</p>
<p>5.4. Influența exercițiilor Qi Gong asupra posturii și respirației si vietii 5.5. Beneficiile integrării Tai Chi și Qi Gong în antrenamentele fizice</p>	<p>2ore</p>	<p>Verbale (expunerea, explicația, conversația)</p>	<p>Bibliograf 1.CapVI pg.49-59</p>
<p>Curs 6: Marile religii Orientale și legătura lor cu Educația fizică 6.1. Hinduismul și concepția sa despre corpul fizic și spiritual 6.2. Buddhismul și educația fizică: Importanța meditației și autocontrolului 6.3. Taoismul: Filozofia naturii și echilibrul în mișcare 6.4. Confucianismul și principiile etice aplicate în educația fizică</p>	<p>2ore</p>	<p>Intuitive (observarea – metoda acvariului) Jocul de rol</p>	<p>Bibliograf 1.CapVII. pg.59-68</p>
<p>Curs 7: Educația fizică Orientală și dezvoltarea fizică armonioasă 7.1. Conceptele de sănătate holistică și dezvoltare fizică în Orient 7.2. Influența tehnicilor orientale asupra posturii și mobilității 7.3. Rolul exercițiilor orientale în prevenirea și recuperarea după accidentări 7.4. Impactul practicilor orientale asupra sănătății mentale și fizice 7.5. Abordări interdisciplinare între educația fizică și practicile orientale</p>			
<p>Bibliografie</p>			
<p>1. Pricop G., Tehnici orientale in educatie fizica- Note de curs. 2. Pricop G., Călătorie în lumea artelor marțiale, Editura Absolvent Plus, Suceava 2015 3. Pricop G., Kinesiologie, Editura Universității ”Ștefan cel Mare”, Suceava 2015 4. Culda C., <i>Lumea minunată a QIGONG-ULUI</i>, Ed. Licorna București, 1994 5. Dasgupta Surendranath, <i>Filosofia Yoga in relatie cu alte sisteme de gandire indiana</i>, Ed. Herald București, 2006 6. Michio Kushi - <i>Do-In - Dezvoltare fizică și spirituală</i>, Ed. Teora, București, 2005</p>			
<p>Bibliografie minimală</p>			
<p>1. Pricop G., Tehnici orientale in educatie fizica- Note de curs. 2. Culda C., <i>Lumea minunată a QIGONG-ULUI</i>, Ed. Licorna București, 1994</p>			
<p>Aplicații (Seminar/laborator/proiect)</p>	<p>Nr. ore</p>	<p>Metode de predare</p>	<p>Observații</p>
<p>1. Atitudinea, intenția, salutul. Atitudini si comportamente. Exercitii specifice.</p>	<p>2ore</p>	<p>intuitive(observarea, demonstrația), practice(exersarea)</p>	<p>Bibliografie 2.Cap III pg 25-35</p>
	<p>2ore</p>	<p>intuitive(observarea,</p>	<p>Bibliograf</p>

2.	Gimnastica constienta Practici pentru sanatate din Tibet Ritualul celor 5 exerciții. Exercițiile 1-3		demonstrația), practice(exersarea)	1.CapVII. pg.59-61
3.	Gimnastica constienta Practici pentru sanatate din Tibet Ritualul celor 5 exerciții. Exercițiile 1-5	2ore	intuitive(observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliograf 1.CapVII. pg.59-65
4.	Exerciții de gimnastica respiratorie Practici pentru sanatate din Vietnam Ngu khi cong qwyen. Khi cong 10 forme Exercițiile 1-3	2ore	intuitive(observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliograf 1.CapVII. pg.62-65
5.	Exerciții de gimnastica respiratorie Practici pentru sanatate din Vietnam Ngu khi cong qwyen. Khi cong 10 forme Exercițiile 4-6	2ore	intuitive (observarea, demonstrația), practice(exersarea)	Bibliograf 1.CapVII. pg.62-68
6.	Exerciții de gimnastica respiratorie Practici pentru sanatate din Vietnam Ngu khi cong qwyen. Khi cong 10 forme Exercițiile 1-6	2ore	intuitive practice(exersarea)	Bibliograf 1.CapVII. pg.59-68
7.	Exerciții de gimnastica respiratorie Tai Chi – Metoda Wuji Gong Evaluare	2ore	intuitive practice(exersarea)	Bibliograf 1.CapVII. pg.59-68

Bibliografie

1. Pricop G., Tehnici orientale in educatie fizica- Note de curs.
2. Pricop G., Călătorie în lumea artelor marțiale, Editura Absolvent Plus, Suceava 2015
3. Pricop G., Kinesiologie, Editura Universității ”Ștefan cel Mare”, Suceava 2015
4. Michio Kushi – *Do-In – Dezvoltare fizică și spirituală*, Ed. Teora, București, 2005

Bibliografie minimală

1. Pricop G., Tehnici orientale in educatie fizica- Note de curs.
2. Pricop G., Călătorie în lumea artelor marțiale, Editura Absolvent Plus, Suceava 2015

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

Este o disciplină de studiu prevăzută în planul de învățământ, pentru primul ciclu doi de formare profesională, ciclul de masterat. Face parte din domeniul pedagogic, ce contribuie la formarea competențelor și capacitățile profesionale, prezintă aspectele ce reglementează și direcționează desfășurarea activităților cadrului didactic, înarmează specialistul cu instrumente de operaționalizare a modalității de transmitere eficientă a informațiilor. Disciplina urmărește să obișnuiască studenții cu realizarea unui proces instructiv-educativ bazat pe respectarea principiilor didactice și pe folosirea metodelor generale și specifice de predare în funcție de particularitățile subiecților, prin introducerea strategiilor educaționale centrate pe elev/student. Acest curs prezintă mai multe strategii de predare, centrate pe studentul care și-a format un anumit stil de învățare. Sunt prezentate aspectele ce impun schimbarea strategiei predării, astfel încât să fie satisfăcute necesitățile fiecărui student în parte. Plecând de la considerentul că evaluarea cadrelor didactice are la bază eficiența învățării, este ușor de constatat că strategia de predare constituie punctul forte al activității ce are ca punct central evoluția studentului, de fapt evoluția viitoare a profesorului.

10. Evaluare

10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs	Cunoașterea conceptelor de bază ale teoriei (CG1, CG2,) Cunoașterea elementelor de bază a (CS3, CS6, CS7, CS11)	- examen scris si oral	50%
Laborator	Exersarea și demonstrarea izolat și în structuri tehnico-tactice a elementelor și procedeele tehnico-tactice (CG1, CG2,) (CS3, CS6, CS7, CS11)	- probe de evaluare formativă (caiet de lucrări practice / test docimologic/referat/ eseu/ portofoliu/ proiect/ participare conferințe/ dezbateri pe o temă stabilită/ participare la competiții sportive ca jucător, arbitru, organizator etc.)	50%

Standard minim de performanță

Standarde minime pentru nota 5:

Studentii sportivi de performanță și studenții angajați cu contract de muncă în domeniul studiilor vor putea beneficia de echivalarea activităților în domeniile respective, în funcție de nivelul de practicare / calificare, numai pe bază de cerere scrisă avizată de titularul de disciplină și aprobată de directorul de departament, dacă cererea este însoțită de adeverința eliberată de clubul sportiv / federația sportivă națională / angajator.

Înșușirea principalelor noțiuni, idei specifice disciplinei, cunoașterea problemelor de bază din domeniu, parcurgerea bibliografiei minimale, participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru, realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice, promovarea colocviului cu minim nota 5, atitudinea față de disciplină.

Standarde minime pentru nota 10:

Înșușirea noțiunilor, ideilor specifice disciplinei, cunoașterea problemelor de bază din domeniu, participarea la activitățile practice cu echipament adecvat și îndeplinirea sarcinilor de lucru, realizarea temelor de lecție la aplicațiile practice, atitudinea față de disciplină, predarea portofoliului complet – referate, caiet de lucrări practice cu sistemele de acționare corect descrise, participarea la conferințe sau competiții sportive, performanță motrică.

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație
Data avizării	Semnătura responsabilului de program	
Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament	
Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului	

FIȘA DISCIPLINEI

(masterat)

1. Date despre program

Instituția de învățământ superior	Universitatea „Ștefan cel Mare” din Suceava
Facultatea	Facultatea de Educație Fizică și Sport
Departamentul	Educație Fizică și Sport
Domeniul de studii	Știința Sportului și Educației Fizice
Ciclul de studii	Master
Programul de studii	Educație Fizică Școlară și Activități Extracurriculare

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Psihologia educației fizice și sportului				
Titularul activităților de curs					
Titularul activităților aplicative	Lect. univ. dr. Diana-Sinziana DUCA				
Anul de studiu	2	Semestrul	2	Tipul de evaluare	C
Regimul disciplinei	Categorია formativă a disciplinei DSI – Discipline de sinteză; DAP – Discipline de aprofundare				DAP
	Categorია de opționalitate a disciplinei: DI - impusă, DO - opțională, DF - facultativă				DO

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore, pe săptămână	1	Curs		Seminar	1	Laborator/lucrări practice		Proiect	
I b) Totalul de ore (pe semestru) din planul de învățământ	14	Curs		Seminar	14	Laborator/lucrări practice		Proiect	

II. Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe	12
II.b) Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren	9
II.c) Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri	13
II.d) Tutoriat	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual II (a+b+c+d)	34
Total ore pe semestru (Ib+II+III+IV)	50
Numărul de credite	2

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

Curriculum	•
Competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

Desfășurare a cursului	•	
Desfășurare aplicații	Seminar	• PC, videoproiector, suporturi electronice pentru aplicații, prezentări PPT ; manuale și materiale auxiliare utilizate pentru aplicații specifice etc
	Laborator/lucrări practice	•
	Proiect	•

6. Competențe specifice acumulate

Competențe generale	CG1. Culegerea, analiza și interpretarea de date și de informații din punct de vedere cantitativ și calitativ. CG4. Utilizarea și interpretarea adecvată a unor metode, tehnici și instrumente de investigare și aplicare.
Competențe specifice	CS3. Analiza independentă a unor probleme și capacitatea de a comunica și demonstra soluțiile alese.

	CS5. Abilitatea de identificare, formulare, analiză și rezolvare de probleme. CS11. Dezvoltarea aptitudinilor și a capacităților de a efectua activități independente în scopul perfecționării și dezvoltării profesionale.
--	--

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

Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none"> Furnizarea către studenți a unei perspective generale cu privire la principiile și conceptele esențiale pentru înțelegerea aspectelor psihocomportamentale ale sportului și exercițiului fizic.
	<ul style="list-style-type: none"> Dezvoltarea capacității de a analiza și sintetiza informațiile din domeniul psihologiei cu referire la domeniul sportului.
	<ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea aspectelor ale dezvoltării performanței sportive prin utilizarea antrenamentului mental.

8. Conținuturi

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
•			
•			
•			
Bibliografie			
•			

Aplicații (Seminar / laborator / lucrări practice / proiect)	Nr. ore	Metode de predare	Observații
• Seminar introductive. Mitori în psihologia sportului	2	Explicație, demonstrație	
• Teorii asupra motivației. Motivația în sport. Motivația și încredere în sine. Motivația pentru realizare.	2	Explicație, referate, proiect	
• Procesele atenționale și concentrarea în sport. Trainingul proceselor atenționale	2	Referate, aplicații practice	
• Dispoziția afectivă și performanța sportivă. Profilul dispozițiilor afective. Starea de flow în sport.	2	Conversația Exercițiul Studiul de caz	
• Stres, activare și anxietate. Natura multidimensională a anxietății. Imageria mentală. Antrenarea capacităților imaginative	2	Descoperirea dirijată, Exercițiul	
• Relația personalitate – performanță. Agresivitatea și violența în sport	2	Dezbaterea Exercițiul Studiu de caz	
• Aspecte psihologice ale accidentării sportive. Beneficiile psihologice ale exercițiului fizic	2	Conversația Exercițiul Studiu de caz	

Bibliografie			
<ul style="list-style-type: none"> Holdevici, I. 2022. Psihologia sportului de performanță. Editura Trei. Crăciun, M., 2005, Psihologie Educațională, curs pentru studenții Facultății de Educație Fizică și Sport, Editura Risoprint, Cluj-Napoca. Crăciun, M., 2005, Introducere în Psihologia Sportului, Editura Risoprint, Cluj – Napoca. Crăciun, M., 2008, Psihologia Sportului, Editura Risoprint, Cluj – Napoca. Epuran, M., 2001, Psihologia sportului de performanță, Fest, București. Weinberg, R.S., Gould, D., Foundations of Sport and Exercise Psychology, Champaign, Illinois, Human Kinetics Publishers, 1995. Goldberg, A., 1997, Sports slump busting, Human Kinetics, Champaign, Illinois Martens, R., 1987, Coaches Guide to Sport Psychology, Human Kinetics Publishers, Champaign, IL. Nideffer, R., M., 1992, Psyched to Win, Leisure Press, Champaign, Illinois. Weinberg, R., S., 1995, Foundations of Sport and Exercise Psychology, Human Kinetics, Champaign, IL. 			

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

<ul style="list-style-type: none"> Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și cluburilor sportive pentru acordarea de suport psihologic minim în activitatea sportivă.
--

10. Evaluare

Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Seminar	<ul style="list-style-type: none">• Identificarea, interpretarea și argumentarea unor situații psihopedagogice în context sportive.• Identificarea și implementarea unor strategii ameliorative psihologice adaptate domeniului educației sportive• Integrarea aspectelor practice relevate de psihologia sportului în cadrul echipei sportive sau în cazul sporturilor individuale.	Colocviu Portofoliu / Proiect în echipă Intervențiile studenților la nivelul seminariilor	50% 40% 10%
Laborator/lucrări practice			
Proiect			

10.1. Standard minim de performanță evaluare la curs

-

10.2. Standard minim de performanță evaluare la activitatea aplicativă

- Cunoașterea și folosirea noțiunilor de bază ale psihologiei sportului: motivație, procese atenționale, emoții, anxietate, probleme psiho-sociale

Data completării	Semnătura titularului de curs	Semnătura titularului de aplicație Lect. univ. dr. Diana Sinziana DUCA
------------------	-------------------------------	--

Data avizării	Semnătura responsabilului de program
---------------	--------------------------------------

Data avizării în departament	Semnătura directorului de departament
------------------------------	---------------------------------------

Data aprobării în consiliul facultății	Semnătura decanului
--	---------------------