

FIȘA DISCIPLINEI¹

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Politehnică Timișoara
1.2 Facultatea ² / Departamentul ³	Mecanică/ Educație Fizică și Sport
1.3 Catedra	—
1.4 Domeniul de studii (denumire/cod ⁴)	Inginerie industrială/130
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii (denumire/cod)/Calificarea	Tehnologia construcțiilor de mașini/10

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Educație fizică						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților aplicative ⁵	Asist.univ.dr. IONESCU Dan						
2.4 Anul de studiu ⁶	I	2.5 Semestrul	1+2	2.6 Tipul de evaluare	D	2.7 Regimul disciplinei	Ob.

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	1 , din care:	3.2 curs		3.3 seminar/laborator/ proiect/practică	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	14 , din care:	3.5 curs		3.6 activități aplicative	14
3.7 Distribuția fondului de timp pentru activități individuale asociate disciplinei					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					3
Tutoriat					
Examinări					
Alte activități					3
Total ore activități individuale					10
3.8 Total ore pe semestru ⁷	14+10				
3.9 Numărul de credite	2				

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

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

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

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

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

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

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

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

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	•
5.2 de desfășurare a activităților practice	• Terenuri de sport, pista de atletism

6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale ⁸	<ul style="list-style-type: none">• Evaluarea nivelului de pregătire a practicanților activităților de jogging• Adaptarea de mijloace de pregătire fizică specifice activității cotidiene a studentului
Competențe transversale	<ul style="list-style-type: none">• Organizarea de activități de educație fizică, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională• Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive

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

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

8. Conținuturi

8.1 Curs	Numar de ore	Metode de predare

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

Bibliografie ⁹		
8.2 Activități aplicative ¹⁰		
	Numar de ore	Metode de predare
Cerințele disciplinei și criteriile de promovare	2	Prelegerea
Testarea cunoștințelor dobândite, a priceperilor și deprinderilor motrice	2	Conversația
Dezvoltarea capacității motrice generale, educarea ținutei corecte	10	Demonstrația
Dezvoltarea coordonării, prelucrarea selectivă și analitică a segmentelor corpului și tonifierea musculaturii prin mijloace specifice		Observația
Teste de evaluare (Eurofit) a calităților motrice dobândite		Modelarea
Bibliografie ¹¹		
<ol style="list-style-type: none"> Chirilă, M. (2009), Pașaport pentru performanța sportivă. Editura Politehnica, Timișoara. Chirilă, M. (1999), Atletism – alergări. Editura Politehnica, Timișoara. Marcu, V., Alexandru, M. (2005), Docimologia specifică activităților motrice. Editura Universității din Oradea. Ionescu, D. (2001), Stretching – Îndrumător de lucrări practice. Pentru uzul studenților. Ionescu, D., Turcu, C. (2004), Psihologia sportului – Compendiu. Editura Politehnica, Timișoara. 		

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

•

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			

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

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

¹¹ Cel puțin un titlu trebuie să aparțină colectivului disciplinei.

10.5 Activități aplicative	S: Progresul realizat	Observarea curentă	100%
	L:		
	P:		
	Pr:		
10.6 Standard minim de performanță (volumul de cunoștințe minim necesar pentru promovarea disciplinei și modul în care se verifică stăpânirea lui)			
<ul style="list-style-type: none"> • Executarea unor exerciții simple de jogging • Prezența activă la ore (7) 			

Data completării

Titular de curs
(semnătura)

Titular activități aplicative

.....

Director de departament

Data avizării în Consiliul Facultății¹²

Decan

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