

PROGRAMA ANALITICĂ

Denumirea disciplinei	EDUCAȚIE FIZICĂ			
-----------------------	------------------------	--	--	--

Codul disciplinei	KS1201	Semestrul	2	Numărul de credite	-
-------------------	---------------	-----------	----------	--------------------	----------

Facultatea	GEOGRAFIE	Numărul ore pe semestru/activități				
Domeniul de licență	GEOGRAFIE	Total	C	S	L	P
Programul de studii (specializarea)	GEOGRAFIA TURISMULUI		0	0	28	0

Categoria formativă a disciplinei: DF -fundamentală, DS -de specialitate, DC -complementară	DC
Categoria de opționalitate a disciplinei: DI -impusă, DO -opțională, DL -liber aleasă (facultativă)	DI

Discipline Anterioare	Obligatorii (condiționate)	
	Recomandate	

Obiective	Obiectivul principal al cursului este menținerea unei stări optime de sănătate, favorizarea dezvoltării fizice armonioase dezvoltarea capacității motrice generale, educarea calităților motrice de bază și formarea unui sistem de deprinderi și priceperi motrice de bază, utilitar –aplicative și specifice unor ramuri de sport, formarea capacității de practicare sistematică și independentă exercițiilor fizice, dezvoltarea armonioasă a personalității. . Cursul se desfășoară sub forma unor lecții și demonstrații practice. Activitatea se desfășoară în incinta sălii de sport având ca scop realizarea obiectivelor propuse.
Conținut (descriptori)	Exersarea fragmentată a fazelor componente din alergarea de viteză (start - accelerare-pas lansat) Exersarea unor structuri motrice cu creștere progresivă de solicitare la efort și complexitate, adaptate spațiului interior (circuite applicative, ștafete, traseu aplicativ utilitar) Insușirea mecanismului de bază al săriturii la capră Exersarea elementelor acrobatice sau a unor linii acrobatice constituite opțional Baschet-aplicarea procedeelor tehnice și acțiunilor tactice în structuri apropiate de joc Evaluare: elemente din gimnastică acrobatică și verificare calitate motrice: forță musculatura abdominală și a spatelui

Forma de evaluare (E -examen, C -colocviu/test final, LP -lucrări de control)	C	
Stabilirea notei finale (procentaje)	- răspunsuri la examen/colocviu/lucrări practice	100 %
	- activități applicative atestate/laborator/lucrări practice/proiect etc	
	- teste pe parcursul semestrului	
	- teme de control	
Bibliografia	1. Dragnea, A., Bota, A., Teodorescu, S., Stănescu, M., Serbănoiu, S., Tudor, V., . (2006), <i>Educație fizică și sport-teorie și didactică</i> - FEST București; 2. Stoica A. (2001), <i>Evaluarea curentă și examenele</i> , Ed. Pro Gnosis, București; 3. Grapă, F., Mârza, D., (1998), <i>Volei în învățământ</i> , Ed. Plumb, Bacău; 4. Scarlat, E., Scarlat, M., B., (2002), <i>Educație fizică și sport</i> , Editura didactică și pedagogică, București; 5. Dragomir, P., Scarlat, E., (2004) <i>Educație fizică școlară</i> , Editura didactică și pedagogică, București;	

Lista materialelor didactice necesare	Cele care se află în sala de sport
---------------------------------------	------------------------------------

Coordonator de disciplină	Grad didactic, titlu, prenume, numele	Semnătura
	Prof. asociat Miel Iuliu	

Legenda: ****C** - curs, **S** - seminar, **L** - activitati de laborator, **P** - proiect sau lucrari practice