

FIȘA DISCIPLINEI
ANUL UNIVERSITAR
2024 - 2025

1. DATE DESPRE PROGRAM

1.1 Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA DE MEDICINA SI FARMACIE DIN CRAIOVA
1.2 Facultatea	ASISTENȚĂ MEDICALĂ
1.3 Departamentul	10
1.4 Domeniul de studii	SĂNĂTATE
1.5 Ciclul de studii ¹	LICENȚĂ
1.6 Programul de studii/Calificarea	ASISTENTA MEDICALA GENERALA

2. DATE DESPRE DISCIPLINĂ

2.1 Denumirea disciplinei	EDUCAȚIE FIZICĂ						
2.2. Codul disciplinei	AM11215						
2.3 Titularul activităților de curs	-						
2.4 Titularul activităților de seminar	ȘCHIOPU ANCA ȘTEFANIA						
2.5. Gradul didactic	Asistent universitar						
2.6. Încadrarea (norma de bază/asociat)	NORMA DE BAZĂ						
2.7. Anul de studiu	I	2.8. Semestrul	I	2.9. Tipul disciplinei (conținut) ²⁾	DC	2.10. Regimul disciplinei (obligativitate) ³⁾	DOB
			II				

3. TIMPUL TOTAL ESTIMAT (ore pe semestru al activităților didactice)

SEMESTRUL I

3.1 Număr de ore pe săptămână	1	din care: 3.2 curs	-	3.3 seminar/laborator Sem 1: 1 ora Sem 2: 1 ora	1
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	-	3.6 seminar/laborator Sem 1: 14 ora Sem 2: 14 ora	
Distribuția fondului de timp ore:					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					-
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat					
Examinări					4
Alte activități...consultații, cercuri studentesti					4
3.7 Total ore studiu individual	28				
3.9 Total ore pe an	56				
3.10 Numărul de credite ⁴⁾	2				

4. PRECONDIȚII (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	Studentii trebuie sa fie apti din punct de vedere medical pentru efectuarea orelor de educație fizică
4.2 de competențe	-

5. CONDIȚII (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	-
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	Echipament sportiv dedicat orelor de educație fizică. Respectarea regulilor de protecția muncii

6. COMPETENȚELE SPECIFICE ACUMULATE⁶⁾⁷⁾

COMPETENȚE PROFESIONALE	C1. Sa acumuleze o terminologie medicala bogata si sa o foloseasca corect si eficient in situatii concrete de comunicare; C 4. Sa imbine armonios teoria cu practica medicala specifica; C5. Sa deruleze o activitate de cercetare/formativă în domeniul de competență.
COMPETENȚE TRANSVERSALE	C6. Autonomie și responsabilitate • dobândirea de repere morale, formarea unor atitudini profesionale și civice, care să permită studenților să fie corecți, onești, neconflictuali, cooperanți, înțelegători în fața suferinței, disponibili sa ajute oamenii, interesați de dezvoltarea comunității; • să cunoască, să respecte și să contribuie la dezvoltarea valorilor morale și a eticii profesionale; • să învețe să recunoască o problemă atunci când se ivește și să ofere soluții responsabile pentru rezolvarea ei. C7. Interacțiune socială; • să recunoască și să aibă respect pentru diversitate și multiculturalitate; • să aibă sau să învețe să-și dezvolte abilitățile de lucru în echipă; • să comunice oral și în scris cerințele, modalitatea de lucru, rezultatele obținute, să se consulte cu echipa; • să se implice în acțiuni de voluntariat, să cunoască problemele esențiale ale comunității. C8. Dezvoltare personală și profesională • să aibă deschiderea către învățarea pe tot parcursul vieții, • să conștientizeze necesitatea studiului individual ca bază a autonomiei personale și a dezvoltării profesionale; • să valorifice optim si creativ propriul potential în activitățile colective; • să știe să utilizeze tehnologia informației și comunicării.

7. OBIECTIVELE DISCIPLINEI (reieșind din grila competențelor specifice acumulate)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Obiective generale: – formarea unor deprinderi practice privind activitatea fizică și promovarea unui mod de viață sănătos
7.2 Obiectivele specifice	Obiective specifice: - întărirea sănătății; - dezvoltarea fizică armonioasă și corectarea unor deficiențe fizice; - educarea ținutei corecte, prelucrarea analitică și sistematică a segmentelor corpului, tonifierea musculaturii corpului; - dezvoltarea calităților motrice de bază; - însușirea elementelor specifice lecției de gimnastică. - formarea și consolidarea priceperilor și deprinderilor motrice din volei. - inițierea, învățarea, fixarea, consolidarea și perfecționarea elementelor, procedeele tehnice și a acțiunilor tactice, în vederea practicării globale a jocului de volei și aplicarea acestor componente în cadrul activităților independente dar și în cadrul competițiilor universitare.

7.2 REZULTATELE ÎNVĂȚĂRII

Cunoștințe • Studentul identifică, definește, descrie și diferențiază noțiunile fundamentale privind dezvoltarea fizică armonioasă și corectarea unor deficiențe fizice
Aptitudini • Studentul deprinde elementele specifice lecției de gimnastică
Responsabilitate și autonomie • Studentul/absolventul dezvoltă, proiectează și implementează etapele și componentele procedeele tehnice și a acțiunilor tactice, în vederea practicării globale a jocului de volei și aplicarea acestor componente în cadrul activităților independente dar și în cadrul competițiilor universitare

8. CONȚINUTURI

8.1 Curs (unități de conținut)	Nr. ore

8.2 Lucrări practice (subiecte/teme)	
1. Prezentarea activității de educație fizică în anul școlar (cerințe, probe, norme de control)	1
2. Atletism-săritura în lungime de pe loc-testare inițială	1
3. Atletism-alergare de viteză cu start din picioare pe distanța de 50m-testare inițială	1
4. Atletism-alergarea de rezistență 6'(F)- 10'(B)-testare inițială	1
5. Atletism-consolidarea startului înalt și a pasului alergător de accelerare	1
6. Atletism-consolidarea săriturii în lungime de pe loc	1
7. Atletism-Consolidarea alergării de rezistență cu start din picioare, pe distanțe progresiv crescute(coordonarea pașilor alergători cu respirația corectă)	1
8. Pregătirea probelor de control	1
9. Disciplina opțională (volei, baschet, aerobic, fotbal, handbal etc.)	3
10. Verificarea alergării de viteză cu start din picioare pe distanța de 50m.	1
11. Verificare disciplina opțională	1
12. Verificarea săriturii în lungime de pe loc și alergării de rezistență 6'(F)- 10'(B)	1
BIBLIOGRAFIE OBLIGATORIE 1. Abălașei B.A., Honceriu C., Iacob R., Educație prin jocuri dinamice 2018, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2018. 2. Cojocariu A., Martinaș F.P., Teoria și Metodica. Educației fizice și sportului. Curs. Universitatea Alexandru Ioan Cuza din Iași. 2022 3. Cojocariu A., Martinaș F.P., Tehnici și metode pentru dezvoltarea calităților motrice curs Universitatea Alexandru Ioan Cuza din Iași, 2020; 4. Martinaș F.P. Cojocariu A., Teoria și metodica educației fizice și sportului Îndrumar practico-metodic Universitatea Alexandru Ioan Cuza din Iași, 2023; BIBLIOGRAFIE FACULTATIVĂ 1.Moanță,A-“Baschet-metodică”,Editura Alpha, 2005;.	

9. COROBORAREA CONȚINUTURILOR DISCIPLINEI CU AȘTEPTĂRILE REPREZENTANȚILOR COMUNITĂȚII EPISTEMICE, ASOCIAȚIILOR PROFESIONALE ȘI ANGAJATORI REPREZENTATIVI DIN DOMENIUL AFERENT PROGRAMULUI

Disciplina de educație este o disciplină complementară, dar obligatorie pentru ca un student să devină medic Cunoștințele, deprinderile practice și atitudinile învățate la această disciplină ofera pot ajuta viitorul medic în următoarele activități: - cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare - cunoașterea și înțelegerea noțiunilor de regulament; - cunoașterea și înțelegerea elementelor tehnice de bază; - cunoașterea și înțelegerea tacticii; - cunoașterea și înțelegerea implicațiilor pe care corpul le are pentru viața de zi cu zi.

10. REPERE METODOLOGICE

Forme de activitate	Tehnici de predare / învățare, materiale, resurse: lucru în grup, învățare prin probleme/proiecte. In cazul aparitiei unor situatii speciale (stari de alerta, stari de urgenta, alte tipuri de situatii care limiteaza prezenta fizica a persoanelor) activitatea se poate desfasura si online folosind platforme informatice agreate de catre facultate/universitate. Procesul de educatie online va fi adaptat corespunzator pentru a asigura indeplinirea tuturor obiectivelor prevazute in fisa disciplinei.
Curs	-
Lucrari practice	Se folosesc urmatoarele metode combinate: aplicații practice
Studiu individual	Înainte de fiecare ore de educație fizică

11. PROGRAM DE RECUPERARE

Recuperări absențe	Nr. absențe care se pot recupera	Locul desfășurării	Perioada	Responsabil	Programarea temelor
	3	Sala de sport/	Ultima saptamana a semestrului	Asistentul de grupa	Conform programării
Program de consultații/	2 ore/ la 2 saptamani/ca	Sala de sport	Saptamanal	Toate cadrele didactice	Tema din saptamana respectiva

cerc științific studentesc	dru didactic				
Program pentru studenții slab pregătiți	2 ore/ 2 săptămâni	Sala de sport/	Săptămânal	Toate cadrele didactice	Conform situației fiecărui student

12. EVALUARE			
Tip de activitate	Forme de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Lucrări practice	Evaluare periodică în timpul semestrului, Sumativă în timpul examenului.	Examen practic	80%
Verificările periodice			20%
Evaluarea activității individuale			
Standard minim de performanță			minim 50% la fiecare componentă a evaluării
13. PROGRAME DE ORIENTARE SI CONSILIERE PROFESIONALĂ			
Programe de orientare și consiliere profesională (2 ore/lună)			
Programare ore	Locul desfășurării		Responsabil
Ultima zi de vineri a fiecărei luni	Sala de sport		Titularii de disciplina

Data avizării în departament: septembrie 2025

Director de departament,

Coordonator program de studii,

Responsabil disciplină,

Prof. univ. dr. Dana Maria Albulescu

Asist. univ. dr. Șchiopu Anca Ștefania

Notă:

- 1) Ciclul de studii - se alege una din variantele: L (licență)/ M (master)/ D (doctorat).
- 2) Tip (conținut) - se alege una din variantele:
 - pentru nivelul de licență: DF (disciplină fundamentală)/ DD (disciplină din domeniu)/ DS (disciplină de specialitate)/ DC (disciplină complementară);
 - pentru nivelul de master: DA (disciplină de aprofundare)/ DS (disciplină de sinteză)/ DCA (disciplină de cunoaștere avansată).
- 3) Regimul disciplinei (obligativitate) - se alege una din variantele: DI (disciplină obligatorie)/ DO (disciplină opțională)/ DFac (disciplină facultativă).
- 4) Un credit este echivalent cu 25 – 30 de ore de studiu (activități didactice și studiu individual).
- 5) Se poate acorda o bonificație pentru prezență.
- 6) Din cele 5 competențe profesionale (cele care se trec în foaia matricolă) se aleg cele în care se încadrează disciplina.
- 7) Competențele transversale sunt în număr de 3 și se notează de la C6 - C8: C6. Autonomie și responsabilitate; C7. Interacțiune socială; C8. Dezvoltare personală și profesională.