

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ	Universitatea „1 Decembrie 1918” din Alba Iulia
1.2. Facultatea	Drept și Științe Sociale
1.3. Departamentul	Educație Fizică și Sport
1.4. Domeniul de studii	Educație Fizică și Sport
1.5. Ciclul de studii	Licență 3 ani/6 semestre
1.6. Programul de studii	Educație Fizică și Sportivă

### 2. Date despre disciplină

2.1. Denumirea disciplinei	Kinesiologie			2.2. Cod disciplină	EFS II 09		
2.3. Titularul activității de curs	Lect. univ. dr. Hancas Alin						
2.4. Titularul activității de seminar	Lect. univ. dr. Hancas Alin						
2.5. Anul de studiu	2	2.6. Semestrul	II	2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP)	E	2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă)	O

### 3. Timpul total estimat

3.1. Număr ore pe săptămână	4	din care: 3.2. curs	2	3.3. seminar/laborator	2
3.4. Total ore din planul de învățământ	56	din care: 3.5. curs	28	3.6. seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					35
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					12
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					12
Tutoriat					8
Examinări					2
Alte activități .....					-
3.7 Total ore studiu individual	69				
3.8 Total ore din planul de învățământ	56				
3.9 Total ore pe semestru	125				
3.10 Numărul de credite	5				

### 4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	Nu este cazul
4.2. de competențe	Nu este cazul

### 5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție
5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului	Sală de curs dotată cu aparatură de videoproiecție

### 6. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale	<p><b>C1</b> Proiectarea modulară (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară.</p> <p><b>C2</b> Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială).</p>
Competențe transversale	

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Orientarea și pregătirea studenților în vederea studierii aprofundate a domeniilor lor de interes legate de activitatea motrică.
---------------------------------------	--

7.2 Obiectivele specifice	<p>-Cunoașterea și aplicarea mijloacelor specifice care să ofere studenților perspective de ocupare de locuri de muncă disponibile în domeniile de studiu din timpul studiilor și din practica lor profesională.</p> <p>-Dobândirea de către studenți a unei largi palete de cunoaștere și înțelegere a experiențelor de activitate motrică din domenii aparținând diferitelor ramuri de sport, din practicarea exercițiilor fizice, din activitatea desfășurată la diferite locuri de muncă, din domeniul de reabilitare/refacere, precum și din cele întâlnite în viața de zi cu zi.</p> <p>-Familiarizarea studenților cu subdisciplinele academice ale kinesiologiei ce cuprind filosofia, istoria, sociologia activităților fizice, precum și în ceea ce privește comportamentul motor, sportul, psihologia exercițiului fizic și al sportului, biomecanica și fiziologia activității fizice.</p> <p>-Descrierea de locuri de muncă pentru fiecare domeniu al kinesiologiei în vederea educării studenților pentru alegerea unei cariere academice în concordanță cu posibilitățile și aspirațiile fiecăruia.</p> <p>-Definirea responsabilităților și cerințelor profesionale în sănătate, fitness, exerciții terapeutice, în cadrul procesului instructiv-educativ de predare, în coaching, management și sport.</p>
---------------------------	---

## 8. Conținuturi

8.1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere în kinesiologie și activitatea motrică	Curs interactiv	2 ore
2. Învățarea motrică	Curs interactiv	2 ore
3. Aspecte ale istoriei, sociologiei și filosofiei activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
4. Comportamentul motor	Curs interactiv	2 ore
5. Aspecte ale domeniului educațional, competițional și al timpului liber ca parte a experienței activităților motrice	Curs interactiv	4 ore
6. Aspecte ale domeniului expresiei și comunicării prin mișcare și a independenței funcționale ca parte a experienței activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
7. Aspecte ale domeniului sănătății și al celui profesional ca parte a experienței activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
8. Aspecte ale biomecanicii activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
9. Aspecte ale fiziologiei activităților motrice	Curs interactiv	2 ore
10. Cariere profesionale în sănătate și fitness	Curs interactiv	2 ore
11. Cariere profesionale în predarea educației fizice	Curs interactiv	2 ore
12. Cariere profesionale în coaching și instructaj sportiv	Curs interactiv	2 ore
13. Cariere profesionale în management sportiv	Curs interactiv	2 ore
Total ore		28

### Bibliografie:

1. Bota Aura – 2007, Kinesiologie, București, Editura Didactică și Pedagogică, R.A.

2. Cârstea Gheorghe – 2000 Teoria și metodică educației fizice și sportului, București, Ed. AN-DA,  
 3. Dragnea Adrian & colab – 2006, Educație Fizică și Sport – teorie și didactică, București, FEST.  
 4. Dragnea Adrian, Bota Aura – 1999, Teoria Activităților Motrice, București, Ed Didactică și Pedagogică, R.A.  
 5. Hoffman Shirl (editor) – 2009, Introduction to Kinesiology, Third Edition: Studying Physical Activity, Champaign, IL, Human Kinetics.

Seminar-laborator	Metode de predare	
Acivitatea motrică, învățarea motrică	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Activitatea motrică și sferile sale de exprimare	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Rolul eredității și al mediului în desfășurarea activităților motrice	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Valori promovate de activitățile motrice prin sport și competiție	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Kinesiologia și metodele de cercetare specifice	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Etnicitate, rasism, fair-play, toleranță și activitățile motrice.	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Cariere profesionale în domeniul activităților motrice	Prezentare de referate, discuții tematice	4 ore
Total ore		28

Bibliografie

1. PROQUEST 5000 : <http://proquest.umi.com/login>  
 2. EBSCO : <http://search.ebscohost.com>  
 3. MLA International Bibliography (colecție abonată cu sprijinul Agenției Naționale de Cercetare Științifică) Mod de acces : [http://collections.chadwyck.co.uk/marketing/home\\_mla.jsp](http://collections.chadwyck.co.uk/marketing/home_mla.jsp)  
 Periodicals Archive Online ( colecție abonată cu sprijinul Agenției Naționale de Cercetare Științifică) Mod de acces: <http://pao.chadwyck.co.uk>  
 CARȚI ELECTRONICE:  
 SpringerLink. Books. Science & Law - 2008 <http://springerlink.com> New!  
 SpringerLink. Books. Earth and Environmental Science - 2008 <http://springerlink.com> New!  
 SpringerLink. Books. Mathematics & Statistics - 2008 <http://springerlink.com> New!  
 Science Direct. Books. Physics & Astronomy - 1995-2006 <http://www.sciencedirect.com> New!  
 SAGE. Enciclopedia of Anthropology <http://www.sage-ereference.com> New!  
 SAGE. Enciclopedia of Terrorism <http://www.sage-ereference.com> New!  
 SAGE. 21 St. Century Sociology <http://www.sage-ereference.com> New!  
 SAGE. Social Science Research Methods <http://www.sage-ereference.com> New!  
 Cambridge Companion Online <http://cco.cambridge.org> New  
 Baza de date JSTOR. Sect. Arts & Science Collections I - acces numai în biblioteca  
 Mod de acces: <http://www.jstor.org>

**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	Înșușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate.	Examen scris	<b>70%</b>
10.5 Seminar/laborator	- <i>Verificare pe parcurs</i>	- nota obținută la forma de evaluare continuă	<b>10 %</b>
	- <i>Activitate la seminar</i>	- nota pentru activități aplicative	<b>20%</b>
10.6 Standard minim de performanță: îndeplinirea standardelor minime prevăzute			

Data completării

.....

Semnătura titularului de curs

.....

Semnătura titularului de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura director de departament

.....