

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

|                               |                                  |
|-------------------------------|----------------------------------|
| 1.1. Instituția de învățământ | Universitatea „1 Decembrie 1918” |
| 1.2. Facultatea               | Drept si Științe Sociale         |
| 1.3. Departamentul            | Drept si Asistența Socială       |
| 1.4. Domeniul de studii       | Științele educației              |
| 1.5. Ciclul de studii         | Licență                          |
| 1.6. Programul de studii      | 3 ani/ 6 semestre                |

### 2. Date despre disciplină

|                                       |                               |                |   |                                 |        |   |
|---------------------------------------|-------------------------------|----------------|---|---------------------------------|--------|---|
| 2.1. Denumirea disciplinei            | Igiena Scolară                |                |   | 2.2. Cod disciplină             | SE2408 |   |
| 2.3. Titularul activității de curs    | Conf. univ.dr. Costel Belizna |                |   |                                 |        |   |
| 2.4. Titularul activității de seminar | Conf. univ.dr. Costel Belizna |                |   |                                 |        |   |
| 2.5. Anul de studiu                   | 2                             | 2.6. Semestrul | 4 | 2.7. Tipul de evaluare (E/C/VP) | E      | 2.8. Regimul disciplinei (O – obligatorie, Op – opțională, F – facultativă) |
|                                       |                               |                |   |                                 |        | Op  |

### 3. Timpul total estimat

|  |   |                     |   |                        |    |
|--|---|---------------------|---|------------------------|----|
| 3.1. Numar ore pe saptamana  | 2 | din care: 3.2. curs | 1 | 3.3. seminar/laborator | 1  |
| 3.4. Total ore din planul de învățământ  | 2 | din care: 3.5. curs | 1 | 3.6. seminar/laborator | 1  |
| Distribuția fondului de timp   |   |                     |   |                        |    |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe                                    |   |                     |   |                        | 14 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren |   |                     |   |                        | 14 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri                          |   |                     |   |                        | 14 |
| Tutoriat   |   |                     |   |                        |    |
| Examinări  |   |                     |   |                        | 4  |
| Alte activități: Vizite in Scolii, Gradinite   |   |                     |   |                        | 8  |

|  |    |
|--|----|
| 3.7 Total ore studiu individual        | 16 |
| 3.8 Total ore din planul de învățământ | 28 |
| 3.9 Total ore pe semestru              | 30 |
| 3.10 Numărul de credite                | 2  |

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

|                    |  |
|--------------------|--|
| 4.1. de curriculum |  |
| 4.2. de competențe |  |

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

|  |  |
|--|--|
| 5.1. de desfășurare a cursului                   | 1. Transpunerea în practică a cunoștințelor privind etapele metodologice de realizare a activităților specifice procesului instructiv-educativ din învățământul prescolar și primar.<br>2. Utilizarea cunoștințelor de specialitate psihopedagogice și metodologice în realizarea activităților instructiv-educative din învățământul prescolar și primar. |
| 5.2. de desfășurarea a seminarului/laboratorului | 1. Transpunerea în practică a cunoștințelor privind etapele metodologice de realizare a activităților specifice procesului instructiv-educativ din învățământul prescolar și primar.<br>2. Utilizarea cunoștințelor de specialitate psihopedagogice și metodologice în realizarea  |

activitatilor instructive-educative din învățământul prescolar și primar.

## 6. Competențe specifice acumulate

|                         |  |
|-------------------------|--|
| Competențe profesionale | <p>1. Transpunerea în practica a cunostintelor privind etapele metodologice de realizare a activitatilor specifice procesului instructiv-educativ din învățământul prescolar și primar.</p> <p>2. Utilizarea cunostintelor de specialitate psihopedagogice și metodologice în realizarea activitatilor instructive-educative din învățământul prescolar și primar.</p> |
| Competențe transversale | <p>1. Transpunerea în practica a cunostintelor privind etapele metodologice de realizare a activitatilor specifice procesului instructiv-educativ din învățământul prescolar și primar.</p> <p>2. Utilizarea cunostintelor de specialitate psihopedagogice și metodologice în realizarea activitatilor instructive-educative din învățământul prescolar și primar.</p> |

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

|                                       |   |
|---------------------------------------|---|
| 7.1 Obiectivul general al disciplinei | <p>1. Realizarea activităților specifice procesului instructiv-educativ din învățământul primar și preșcolar</p> <p>2. Utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea formării și dezvoltării profesionale continue</p> |
| 7.2 Obiectivele specifice             |   |

## 8. Conținuturi

| 8.1 Curs  | Metode de predare   | Observații |
|---|---|------------|
| <b>1. Obiectul și importanța studierii igienei școlare</b>              | <p>C1. Obiectul și importanța studierii igienei școlare</p> <p>1.1. Dezvoltarea organismului</p>  |            |
| <b>2. Dezvoltarea neuro-psihică</b>                                     | <p>C2. Dezvoltarea neuro-psihică (caracterizare generală și modalități concrete de stimulare a activității neuro-psihice)</p> <p>2.1. Caracterizare generală</p> <p>2.2. Modalități de stimulare a dezvoltării neuropsihice</p>   |            |
| <b>3. Capacitatea de muncă intelectuală</b>                             | <p>C3. Igiena activității intelectuale</p> <p>3.1. Igienat scrisului și a cititului</p> <p>3.2. Utilizarea eficientă a timpului de studiu</p>   |            |
| <b>4. Sănătate vs. boală</b>  | <p>C4. Stilul de viață sanogen și stilul de viață patogen generalități</p> <p>4.1. Caracteristici generale</p>  |            |
| <b>5. Organizarea activității de muncă intelectuală a preșcolarului</b> | <p>C5. Organizarea activității zilnice, săptămânale a preșcolarului și școlarului</p> <p>5.1. structurarea activității zilnice și săptămânale a preșcolarului și școlarului</p> <p>5.2. Condițiile optime de desfășurarea a activităților preșcolarului și școlarului</p> |            |
| <b>6. Stil de viață sanogen</b>   | <p>C6. Psiho-igiena și ergonomia activității intelectuale</p>   |            |
| <b>7. Stil de viață sanogen</b>   | <p>C7. Principalii factorii igienici și ergonomici care influențează randamentul școlar și a modalităților de îmbunătățire a calității igienico-</p>  |            |

|                                  |   |  |
|----------------------------------|---|--|
|                                  | sanitare a mediului în care se desfășoară activitatea școlară   |  |
| <b>8. Stil de viață sanogen</b>  | C8. Dezvoltarea capacității de a organiza activitatea în mediul școlar conform normelor de igienă școlară   |  |
| <b>9. Stil de viață sanogen</b>  | C9. Formarea unei atitudini de prevenire și protejare a calității igienico-școlare a mediului școlar  |  |
| <b>10. Stil de viață sanogen</b> | C10. Psihigiiena activității de învățare la elevi   |  |
| <b>11. Stil de viață sanogen</b> | C11. Educația și sănătatea privind igiena cititului și scrisului  |  |
| <b>12. Stil de viață sanogen</b> | C12. Metode și tehnici de învățare eficiente<br>12.1. Tipuri de învățare<br>12.2. Metode eficiente de învățare<br>12.3. tehnici eficiente de învățare   |  |
| <b>13. Stil de viață patogen</b> | C13. Fumatul și dependența de nicotină<br>13.1. Caracteristicile dependenței de nicotină<br>13.2. Efecte pe termen scurt și lung                        |  |
| <b>14. Stil de viață patogen</b> | C14. Drogrurile și dependența de droguri<br>14.1. Tipuri de droguri<br>14.2. Indicatorii dependenței de droguri<br>14.3. Efectele nocive ale drogurilor |  |

## 8.2 Bibliografie

1. Antal A. – *Igiena școlară*, Editura Medicală, București, 1973
2. Bărbănt A. (coord.) – *Consiliere educațională*, Cluj-Napoca, 2001
3. Coașan A., Straus H. – *Psihigiiena activității de învățare la elevi*, Revista de pedagogie, Nr.6, 1986
4. Neacșu, I. – *Metode și tehnici de învățare eficiente*, Editura Militară, București, 2004
5. Pavlid V. – *Educație și sănătate*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2004
6. Topaș L. (coord.) – *Metode și tehnici de muncă intelectuală*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2004
7. Voicu C. & Jigău M. – *Investigarea factorilor de suprasolicitare a eleviilor în procesul de învățământ și activitățile extrașcolare*, Revista Pedagogie, Nr.1, București, 2001
8. \*\*\*Elevii trebuie învățați cum să învețe în caietul de pedagogie modernă 4, Editura Didactică și pedagogică, București, 2004
9. \*\*\*Psihologia copilului, manual pentru cls. XI-a Editura Didactică și Pedagogică, București, 2004

## Seminar-laborator

|                                 |  |  |
|---------------------------------|--|--|
| <b>1. Sănătate vs. boală</b>    | S1. Stilul de viață sanogen și patogen   |  |
| <b>2. Stil de viață sanogen</b> | S2. Psiho-igiena și ergonomia activității intelectuale                         |  |
| <b>3. Stil de viață sanogen</b> | S3. Organizarea activității zilnice, săptămânale a preșcolarului și școlarului |  |
| <b>4. Stil de viață sanogen</b> | S4. Investigarea factorilor de suprasolicitare a eleviilor                     |  |
| <b>5. Stil de viață patogen</b> | S5. Fumatul și dependența de nicotină  |  |
| <b>6. Stil de viață patogen</b> | S6. Alcoolul și dependența de alcool   |  |
| <b>7. Stil de viață patogen</b> | S7. Drogrurile și dependența de droguri  |  |
| <b>1. Sănătate vs. boală</b>    | S1. Stilul de viață sanogen și patogen   |  |
| <b>2. Stil de viață sanogen</b> | S2. Psiho-igiena și ergonomia activității intelectuale                         |  |
| <b>3. Stil de viață sanogen</b> | S3. Organizarea activității zilnice, săptămânale a preșcolarului și școlarului |  |
| <b>4. Stil de viață sanogen</b> | S4. Investigarea factorilor de suprasolicitare a eleviilor                     |  |
| <b>5. Stil de viață patogen</b> | S5. Fumatul și dependența de nicotină  |  |
| <b>6. Stil de viață patogen</b> | S6. Alcoolul și dependența de alcool   |  |
| <b>7. Stil de viață patogen</b> | S7. Drogrurile și dependența de droguri  |  |

## Bibliografie

**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                                      | - examen (E)                 | - orală (O): conversația; expunerea liberă              | 75%                          |
|  | - colocviu (C)               | - scrisă (S): lucrare scrisă; chestionar; grilă; test   | 25%                          |
|  | - verificare pe parcurs (Vp) | - practică (P): aplicații; referat; portofoliu, proiect |                              |
| 10.5 Seminar/laborator                         | - examen (E)                 | - orală (O): conversația; expunerea liberă              | 75%                          |
|  | - colocviu (C)               | - scrisă (S): lucrare scrisă; chestionar; grilă; test   | 25%                          |
|  | - verificare pe parcurs (Vp) | - practică (P): aplicații; referat; portofoliu, proiect |                              |
| 10.6 Standard minim de performanță: NOTA 5 -10 |                              |   |                              |

Data completării

17.02.2012

Semnătura titularului de curs

Conf. univ.dr. Costel Belizna

Semnătura titularului de seminar

Conf. univ.dr. Costel Belizna

Data avizării în departament

.....

Semnătura director de departament

.....