



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea "Dunărea de Jos" din Galați
1.2 Facultatea	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/
1.3 Departamentul	SPORTURI INDIVIDUALE ȘI KINETOTERAPIE
1.4 Domeniul de studii	KINETOTERAPIE
1.5 Ciclul de studii	CICLUL I / LICENȚA
1.6 Programul de studii/Calificarea	Kinetoterapie și motricitate specială /Ocupații specifice: kinetoterapeut (222905), profesor de cultură fizică medicală (222904), asistent de cercetare în educație fizică și sport (255902). Ocupații posibile: conducător de întreprindere mică - patron (girant) învățământ, sănătate, sport, turism, informatică (131901), ofițer control doping (244605), corespondent de presă (245106), corespondent radio (245105), redactor (245113). Noi ocupații propuse pentru a fi incluse în COR: profesor kinetoterapeut, ergoterapeut (cu studii superioare de specialitate), educator în unități de handicapați (cu studii superioare de specialitate), instructor - educator în unități de handicapați (cu studii superioare de specialitate), asistent de cercetare în kinetoterapie, coordonator complex de recuperare.

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Stagiu de aplicații practice în mediul montan						
2.2 Titularul activităților de curs	-						
2.3 Titularul activităților de seminar	Prof. dr. hab. Talaghir Laurențiu-Gabriel						
2.4 Anul de studiu	1	2.5 Semestrul	2	2.6 Tipul de evaluare	verificare	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	-	3.3 seminar/laborator	3
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	-	3.6 seminar/laborator	42
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					6
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					4
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					13
Tutoriat					4
Examinări					6
Alte activități :					
3.7 Total ore studiu individual	33				
3.9 Total ore pe semestru	75				
3.10 Numărul de credite	3				

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	-
--------------------------------	---



5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului (lucrarilor practice)	<ul style="list-style-type: none">Asigurarea condițiilor minime de desfășurare a activităților specifice disciplinei vizate: locație în zona montană, stare de sănătate corespunzătoare a celor implicați, existența instalațiilor și a echipamentului sportiv adecvat, cunoașterea și respectarea regulamentului vizând protecția muncii.
--	--

6. Competențele specifice acumulate

Competențe profesionale	<p>C2 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 -0,5 crd</p> <p>-Conceperea și prezentarea unor sisteme de mijloace specifice educației fizice și sportive, programelor de timp liber și activităților extracurriculare cu specific sportiv</p> <p>C4 Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă: -0,5 crd</p> <p>- Explicarea mecanismelor motricității generale și a mijloacelor educației fizice și sportului</p> <p>- Utilizarea adecvată a conceptelor de dezvoltare, sănătate, potențial biomotric și de performanță</p> <p>- Utilizarea metodologiilor, tehnicilor și procedeele de formare/ perfecționare a deprinderilor de utilizare a spațiului și timpului în scop de relaționare în activități specifice/ lecții și activități de educație fizică și sportive</p> <p>C6 Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului: 0,5 crd</p> <p>- Identificarea și descrierea proceselor și relațiilor din cadrul grupului (practicanți de activități de educație fizică și sportive, echipa de specialiști și voluntari) din perspectiva managementului activităților specifice</p> <p>- Adaptarea structurii grupului de elevi și/ sau a practicanților de educație fizică și sport la cerințele, mijloacele și standardele specifice ale educației fizice și sportive</p>
Competențe transversale	<p>CT2 Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive- 0,5 crd</p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Înțelegerea noțiunilor specifice și formarea deprinderilor de organizare și practicare a activităților turistice (excursii, drumeții, orientare turistică sportivă)
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Înșușirea regulilor de bază ce condiționează eficiența în organizarea și desfășurarea activității de orientare turistică.Înțelegerea importanței etapelor necesare organizării unor excursii școlare, și a sarcinilor ce derivă din fiecare.Asimilarea noțiunilor și a tehnologiei utilizate în activitatea de turism și orientare turistică.Cunoașterea și explicarea efectelor benefice asupra organismului prin utilizarea factorilor de călire.Cunoașterea și punerea în practică a tehnicilor de acordare a prim ajutorului medical în situații de accident.Formarea capacității de a elabora și prezenta măsuri de intervenție în vederea rezolvării conflictelor interpersonale și creșterea coeziunii de grup în cadrul activităților specifice.Asimilarea tehnicilor de conlucrare în grup și de asumare de roluri specifice în cadrul muncii în echipă.,manifestarea unei atitudini de respect față de liderii grupului.Manifestarea inițiativei în organizarea și dirijarea diferitelor activități cu caracter specific.



8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
Bibliografie		
8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
-Prezentarea unui conținut teoretic minimal vizând activitatea de orientare turistică -(1 oră)	Expunere. Prelegere Instrucțaj	Se prezinta doar informatiile de baza.
-Managementul resurselor școlare. Locul și rolul profesorului de educație fizică și sport în desfășurarea activităților turistice școlare -(1 oră)	Expunere. Prelegere	
-Noțiuni legate de orientarea în natură (orientarea fără busolă, timpul probabil).Tehnica orientării (orientarea cu harta; orientarea cu busola; utilizarea riglei și a raportorului pentru calcularea unghiurilor și distanțelor)-(2ore)	Explicatie Problematizare	
-Vizitarea unor obiective cu caracter turistic, istoric și economic din zonă-(6 ore)	Descriere Conversatie	Stabilirea unor reguli in privinta deplasarii,tinutei, comportamentului
Organizarea și desfășurarea drumețiilor montane (alegerea zonei de campare, alegerea diferitelor trasee turistice cu grad de dificultate și complexitate variat-fixarea itinerarului, stabilirea componenței grupului, alegerea echipamentului, noțiuni legate de alimentație și măsuri de prim ajutor, caracteristicile cortului, montarea și demontarea acestora, noțiuni legate de amenajarea focului de tabără, reguli obligatorii în desfășurarea activităților turistice,întocmirea unui regim zilnic al taberei)-(12 ore)	Expunere Lucru in grup Brainstorming	Alegerea traseului, a lungimii si gradului de dificultate se face in functie de numarul de membrii inclusi si potentialul de efort.
Organizarea concursurilor de orientare turistică și a probelor aplicative;(elementele unui traseu, conținutul hărții de orientare turistică - repere punctiforme, liniare și de nivelment); descrierea principalelor semne convenționale utilizate și a posturilor de control incluse în traseul de orientare; probe de orientare sportivă și variante ale acestora pentru elevi (individuale, pe echipe, ștafetă). Descrierea probelor aplicative, întocmirea regulamentului, desfășurarea concursului, stabilirea clasamentului, îndatoririle concurenților-(2 ore)	Lucru in grup Problematizare	
-Desfășurarea competițiilor sportive în incinta locurilor de tabără.(campionate volei, volei jocuri de mișcare)-(4 ore)	Lucru in grup Problematizare	Realizarea unor echipe echilibrate. Motivarea prin premii.



Bibliografie:

1. Roșu D. - "Tehnici de animare- Team building montan" Ed. Universitaria, Craiova, 2008
2. Roșu D. - "Metodica disciplinelor montane" Ed. Universitaria, Craiova, 2007
3. Preda I. - "Pentru mintea, inima și sufletul turistului" F.R.S.T.- București, 2001
4. Cosmescu. I. - "Turismul"-Ed. Economică, București, 1998
5. <http://www.prahovaorientare.ro/LECTII%20ORIENTARE/LECTII%20ORIENTARE%20PAGE.html>
6. <http://ro.scribd.com/doc/97641381/Curs-Turism-Montan-Si-Orientare-Turistica>
7. <http://biblioteca.regielive.ro/referate/turism/orientare-turistica-educatie-fizica-146597.html>

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

- Efectele parcurgerii disciplinei se reflectă în: formarea unor obișnuințe de lucru organizat, formarea atitudinii de asumare a responsabilității și manifestarea inițiativei, prin creșterea capacității generale de efort și îmbunătățirea randamentului în orice tip de activitate, prin educarea perseverenței de a depăși diferite bariere de ordin fizic sau mental în condiții variate de lucru și mediu.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			
10.5 Seminar/laborator	-participare activă și integrală la lucrările practice	- verificare practică față în față / verificare prin teme online / verificare prin lucrare scrisă	60% nota de la activitățile practice
	-achitarea sarcinilor individuale și de grup trasate	- examinare orală / examinare față în față / examinare online	20% nota de la examinarea orală 20% nota de la referat
10.6 Standard minim de performanță			
100% prezență la lucrările practice; Prezentarea referatului cu tematica indicată și promovarea colocviului.			

Data completării

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

04.10.2021

Prof. univ. dr. hab.
Talașir Laurentiu-Gabriel

Data avizării în catedră

Semnătura Director Departament
Prof. dr. Nanu Liliana

08.10.2021