

## FIȘA DISCIPLINEI

### 1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	<b>Universitatea "Dunărea de Jos" din Galați</b>
1.2 Facultatea / Departamentul	<b>EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT/</b>
1.3 Catedra	<b>SPORTURI INDIVIDUALE SI KINETOTERAPIE</b>
1.4 Domeniul de studii	<b>KINETOTERAPIE</b>
1.5 Ciclul de studii	<b>CICLUL I / LICENTA</b>
1.6 Programul de studii/Calificarea	<b>KINETOTERAPIE ȘI MOTRICITATE SPECIALĂ</b>

### 2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Bazele generale ale atletismului						
2.2 Titularul activităților de curs	<b>Prof. univ. dr. hab. Claudiu Mereuta</b>						
2.3 Titularul activităților de seminar	<b>Asist. Univ. dr. Andreea Georgiana Dobre</b>						
2.4 Anul de studiu	<b>1</b>	2.5 Semestrul	1	2.6 Tipul de evaluare	<b>V</b>	2.7 Regimul disciplinei	<b>Ob</b>

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	3	din care: 3.2 curs	1	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	42	din care: 3.5 curs	14	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					ore
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					10
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					20
Tutoriat					10
Examinări					8
Alte activități.....					
<b>3.7 Total ore studiu individual</b>	<b>58</b>				
<b>3.9 Total ore pe semestru</b>	<b>100</b>				
<b>3.10 Numărul de credite</b>	<b>4</b>				

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

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	• Obținerea rezultatelor minime la probe de control

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

5.1. de desfășurare a cursului	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sala de curs dotată corespunzător</li> </ul>
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sală de sport dotată corespunzător și stadion cu dotări corespunzătoare</li> </ul>

### 6. Competențele specifice acumulate

<b>Competențe profesionale</b>	<p><b>C1</b> Proiectare modulară (Educație fizică și sportivă, Sport și performanță motrică, Kinetoterapie și motricitate specială) și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului cu orientare interdisciplinară/ 1</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)/1</p> <p><b>C3</b> Evaluarea creșterii și dezvoltării fizice și a calităților motricității potrivit cerințelor/ obiectivelor specifice educației fizice și sportive, a atitudinii față de practicarea independentă a exercițiului fizic/1</p> <p><b>C4</b> Descrierea și demonstrarea sistemelor operaționale specifice educației fizice și sportive, pe grupe de vârstă/1</p> <p><b>C5</b> Evaluarea nivelului de pregătire a practicantilor activităților de educație fizică și sport/0,5</p>
<b>Competențe transversale</b>	<p><b>CT1</b> Organizarea de activități de educație fizică și sportive pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională/1</p> <p><b>CT2</b> Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților sportive/0,5</p>

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	Pregătirea teoretică și tehnică a studenților cu posibilități de demonstrare.
7.2 Obiectivele specifice	Ridicarea nivelului de pregătire fizică. Înșușirea exercițiilor fundamentale pentru învățarea și corectarea execuțiilor deprinderilor specifice.

### 8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
1. Introducere în problematica atletismului;	Prelegere liberă. Expunerea problematizată. Expunere interactivă, cu material suport Observația dirijată. Conversația euristică. Studiul de caz. Utilizare videoprojector pentru kinograme, filme tematice, exerciții	1
2. Istorie–evoluție;		2
3. Elemente de legătură ale atletismului cu kinetoterapia;		3
4. Exercițiul fizic;		2
5. Dezvoltarea motrică a copiilor;		3
6. Probleme generale ale analizei biomecanicii.		2
7. Regulamentul concursurilor de atletism		1

## Bibliografie

1. Gârleanu D. - Curs de atletism, Buc. 1997
2. Bota C. (1999) Fiziologia educației fizice și sportului, București, Ed. MTS;
3. Cârmaciu R. (1994) Fiziologie umană, București: Ed. Medicală;
4. Claudiu Mereuță Educația Fizică Școlară – abordări metodice - Ed. VALINEX, Chișinău, Republica Moldova, ISBN 978-9975-68-101-8; 2008
5. Claudiu Mereuță, Atletism – Școala Alergării, Ed. VALINEX, Chișinău, Republica Moldova, ISBN 978-9975-68-078-3; 2008
6. Claudiu Mereuță, Atletism – Sărituri, Ed. VALINEX, Chișinău, Republica Moldova, ISBN 978-9975-68-126-1; 2009;
7. Claudiu Mereuță, Atletism – Aruncări, Galați University Press, ISBN 978-606-8008-94-3, 136, pag; 2010;
8. Alina Ionela Cucui, Practica atletismului în kinetoterapie. Caiet de lucrări practice, Editura Bibliotheca, 2016
9. Gagea A. (2008), Analytical Biomechanics, Ed. Char, Dounias and Co.;
10. Ivan. P., Boeriu, C. Aplicații ale atletismului în kinetoterapie, Editura fundației România de mâine, 2005;
11. Sbenghe T (2005) Kinesiologie- știința mișcării, Ed. Medicală, București
12. Pop N - Atletism – metodică predării Ed. Universitatea "Dunărea de Jos" Galați 2001
13. Pop N. - Teoria și metodică atletismului Ed. Universitatea "Dunărea de Jos" Galați 2002

### Surse INTERNET

8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
Scoala alergării – 4h	Explicația, demonstrația	2
Scoala săriturii 4h		2
Scoala aruncării 4h		2
Exerciții specifice utilizate în corectarea posturală 4h		4
Activități pentru refacere musculară 4h		4
Sisteme de acționare bazate pe lucrul individual 4h		7
Sisteme de acționare bazate pe exersare cu partener 4h		7

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

- manifestarea unor atitudini pozitive și responsabile față de fenomenul de însușire, consolidare și perfecționare, a probelor atletice cu posibilități de demonstrare și abordarea problemelor de pe tărâmul cunoașterii științifice;
- identificarea termenilor specifici disciplinei, a relațiilor, proceselor, precum și a conexiunilor aferente;
- utilizarea corectă a termenilor de specialitate;
- definirea conceptelor și a cunoștințelor generale, necesare profesiei/disciplinei;
- capacitatea de adaptare la noi situații; proiectarea și evaluarea activităților practice specifice în scopul dezvoltării capacității de organizare și planificare, de analiză și sinteză.

## 10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs	Gradul de asimilare a cunoștințelor. Limbaaj specific adecvat.	Verificare scrisă sau orală – test de evaluare	40
	Corectitudinea și completitudinea cunoștințelor, coerența logică.		30
10.5 Seminar/laborator	Participare activă și integrală la lucrările de laborator/practice	Evaluari specifice pe parcurs	30
10.6 Standard minim de performanță			
•			

Data completării

1.10.2021

Semnătura titularului de curs

Semnătura titularului de seminar

Data avizării în departament

.....

Semnătura directorului de departament

.....

Data aprobării în Consiliul Facultății<sup>1</sup>

Semnătura decanului<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Numai pentru programele de studii din ramura Științe Inginerești