



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



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	EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
1.5 Ciclu de studii	CICLUL I / LICENȚA
1.6 Programul de studii/Calificarea	Educație fizică și sportivă

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	Aplicații practice în discipline sportive de iarnă-patinaj						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților de seminar	Conf.univ.dr. . Gabriel Gheorghiu						
2.4 Anul de studiu	I	2.5 Semestrul	I	2.6 Tipul de evaluare	V	2.7 Regimul disciplinei	OB

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

3.1 Număr de ore pe săptămână	2	din care: 3.2 curs	-	3.3 seminar/laborator	2
3.4 Total ore din planul de învățământ	28	din care: 3.5 curs	-	3.6 seminar/laborator	28
Distribuția fondului de timp					
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					10
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					15
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					
Tutoriat					5
Examinări					15
Alte activități (consultații, participări competiții studentești, pregătire examinare finală, interes)					15
3.7 Total ore studiu individual	22				
3.9 Total ore pe semestru	50				
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	•
5.2. de desfășurare a seminarului/laboratorului	• Patinoarul artificial acoperit Galați

6. Competențele specifice acumulate



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



Competențe profesionale	- Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale ariei de specializare; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională -0,5 - Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc, asociate domeniului;- 0,5 - Aplicarea unor principii și metode de bază pentru rezolvarea de probleme-situații bine definite, tipice domeniului în condiții de asistență calificată. – 0,5 - Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. -0,5
Competențe transversale	- Executarea responsabilă a sarcinilor profesionale, în condiții de autonomie restrânsă și asistență calificată.

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	
7.2 Obiectivele specifice	- să-și însușească noțiunile de bază privind practicarea patinajului; - să-și însușească procedeele tehnice de bază necesare practicării patinajului; - să cunoască metodici de învățare a tehnicii de bază specifice patinajului; - să formeze, fixeze și să consolideze priceperi și deprinderi motrice specifice patinajului; - să dezvolte calități motrice de bază necesare practicării patinajului; - să manifeste interes față de practicarea sporturilor de iarnă; - să valorifice rezultatele dobândite într-un mod creator; - să participe activ la cursul practic de patinaj.

8. Conținuturi

8. 1 Curs	Metode de predare	Observații
	prelegerea, conversația euristică, explicația, comunicare vizuală, studiul de caz, problematizarea, simularea de situații, metode de dezvoltare a gândirii critice, documentarea.	dezvoltarea capacității creative și de analiză prin utilizarea internetului și a tehnologiei moderne de predare
8. 2 Seminar/laborator	Metode de predare	Observații
1. Acomodarea cu echipamentul specific pentru patinaj și cu alunecarea gheții.	- Conversația - Demonstrația	Aplicații practice pe patinoar



ROMÂNIA
MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII
UNIVERSITATEA "DUNĂREA DE JOS" DIN GALAȚI
FACULTATEA DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

Str. Gării nr. 63-65, 800003 - GALAȚI, ROMÂNIA Tel: 0336130171
secretariat.fefs@ugal.ro, www.fefs.ugal.ro



2. Alunecarea cu fața, căderea și ridicarea din cădere. 3. Patinajul cu fața și învățarea ocolirilor simple stânga dreapta. 4. 5. Patinajul cu spatele. 6. Învățarea tăierii gheții cu fața și patinajul cu spatele. 7. Învățarea ocolirilor simple din patinaj cu spatele. 8.9. Învățarea întoarcerilor din patinaj cu fața în patinaj cu spatele și invers. 10. Învățarea tăierii gheții cu spatele. 11.12. Jocuri de mișcare, ștafete cu folosirea procedeelor învățate. 13.14. Probe de verificare	- Comparația - Exercițiul - Explicația	
Bibliografie 1. ALEXE N. și colab. - Antrenamentul sportiv modern. - Editis-București, 1993. 2. Căileanu T. <i>Mic dicționar al sporturilor</i> , Editura Albatros, București, 1984. 3. CRIHAN V. - Hochei pe gheață. - Editura Sport-Turism. - București, 1982. 4. Gh. Mitra și Al. Mogoș. <i>Dezvoltarea calităților motrice</i> . Editura Sport-Turism, București, 1977. 5. Gheorghiu Gabriel – Hochei pe gheață – Jocuri motrice pentru începători-Ed.Valinex Chișinău Rep.Moldova 2006 6. KOSTKA V. - Hochei-jocul modern. - Editura Sport- Turism -București,1975.		

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			
10.5 Seminar/laborator	- Calitatea elementelor însușite, raportate la prevederile fișei disciplinei - Probe de verificare - Conduita și prezența - Examinarea finală	Demonstrații practice pe patinoar	- 20% - 20% - 20% - 40%
10.6 Standard minim de performanță • Evaluarea studenților se va face în funcție de nivelul cunoștințelor acumulate, de deprinderile motrice însușite și de maniera de prezentare a acestora pe parcursul cursului practic și la probele finale			

Data completării
20.09.2022

Semnătura titularului de seminar

Semnătura titularului de seminar
Conf.univ.dr.Gheorghiu Gabriel

Data avizării în departament
.....

Semnătura directorului de departament
Prof.univ.dr. Nanu Liliana