



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | | | | | |
|--|---|--|--|--|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea “Alexandru Ioan Cuza” din Iași | | | | |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport | | | | |
| 1.3 Departamentul | EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT | | | | |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE | | | | |
| 1.5 Ciclul de studii | Studii universitare de masterat | | | | |
| 1.6 Programul de studii | FITNESS ȘI ESTETICĂ CORPORALĂ | | | | |

2. Date despre disciplină

| | | | | | |
|---|--|----------------------|----------|----------------------------|----------|
| 2.1 Denumirea disciplinei | PRIM AJUTOR ÎN TRAUMATOLOGIA SPORTIVĂ | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Lector Univ. Dr. OPREAN Alexandru | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Lector Univ. Dr. OPREAN Alexandru | | | | |
| 2.4 An de studiu | 1 | 2.5 Semestrul | 1 | 2.6 Tip de evaluare | E |

* OB – Obligatoriu / OP – Optional

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|-----------|---------------------|-----------|--------------|-----------|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 3 | din care: 3.2 curs | 1 | 3.3. seminar | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 42 | din care: 3.5. curs | 14 | 3.6. seminar | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 25 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 24 |
| Pregătire seminarii/ lucrări practice, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 24 |
| Tutoriat | | | | | 4 |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activități: participare la studii și cercetări | | | | | 4 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | |
| 3.9 Număr de credite | | | | | |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|--------------------------|---|
| 4.1 De curriculum | - Noțiuni de Anatomie - Fiziologie și Ergofiziologie |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|---|---|
| 5.1 de desfășurare a cursului | Sală de curs 50 locuri, calculator, projector |
| 5.2 de desfășurare a seminarului | Sală de seminar 50 locuri, manechin CPR |

**6. Competențe specifice acumulate**

| | |
|-------------------------|---|
| Competențe profesionale | <p>CP1. Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale.</p> <p>CP2. Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală.</p> |
| Competențe transversale | <p>CT2. Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale.</p> <p>CT3. Cordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vîrstă, persoane în detenție etc.)</p> <p>CT4. Diagnoza nevoilor de formare.</p> |

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

| | |
|--|--|
| 7.1. Obiectivul general al disciplinei | <ul style="list-style-type: none">Însușirea principalelor manevre în acordarea primului ajutor în cazurile accidentărilor |
| 7.2. Obiectivele specifice | <ul style="list-style-type: none">Crearea premizelor realizării unei educații sanitare a participanțilorFormarea unor deprinderi corecte în acordarea primului ajutor în cazul accidentărilorÎnsușirea posibilităților de prevenire a unor îmbolnăviri mai frecvente la populația tânără |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații |
|-----|--|-----------------------|------------|
| 1. | Definiția, obiectivele și modalitățile de lucru specifice disciplinei | prelegere interactivă | 2 ore |
| 2. | Accidente mai frecvente în educația fizică: definiție, consecințe, prevenire | prelegere interactivă | 2 ore |
| 3. | Resuscitarea cardiovasculară: definiție, cauzele declanșatoare, manevrele ce trebuie realizate | prelegere interactivă | 2 ore |
| 4. | Traumatologie sportivă: contuzii, plăgi, entorse, luxații, fracturi, leziuni osteo-tendinoase | prelegere interactivă | 2 ore |
| 5. | Modalități de realizare a hemostazei. Oboseala acută, supraacută, cronică | prelegere interactivă | 2 ore |
| 6. | Urgențele medico-chirurgicale și modalitățile în care se asigură primul ajutor | prelegere interactivă | 2 ore |
| 7. | Intervenție și prim ajutor în traumatismele craniocerebrale | prelegere interactivă | 2 ore |

**Bibliografie:****Referințe principale:**

- Oprean Alexandru, Prim ajutor în traumatologie sportivă, Editura Universității Al.I.Cuza, Iași, 2022
- Droșescu Paula, Igiena și Controlul medical în sport, Editura Tehnopress, Iași, 2005

Referințe suplimentare:

- Alexandrescu C., Băjenaru Georgete, Demeter A., Practica medicii sportive, București, Editura Medicală, 1989
- Drăgan I., Pop T., Medicina nucleară în practica sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1977
- Drăgan I., Medicină sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1982

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații |
|-------|--|---|------------|
| 1-28. | În cadrul seminarilor sunt reluate noțiunile prezentate la curs și sunt prezentate exemple din practică medicală | - Discuții tematice, prezentări de referate și aplicații practice | 28 ore |

Bibliografie:

- Oprean Alexandru, Prim ajutor în traumatologie sportivă, Editura Universității Al.I.Cuza, Iași, 2022
- Drăgan I., Medicină sportivă, București, Editura Sport-Turism, 1982
- Drăgan I., Filtrele organismului, București, Editura Sport-Turism, 1979
- Droșescu Paula, Igiena și Controlul medical în sport, Editura Tehnopress, Iași, 2005
- Dumitru Carmen, Inima și sportul de performanță, București, Editura Sport-Turism, 1975

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- O atenție specială se acordă aspectului practic pe care studenții trebuie să și-l însușească. În acest scop se învață manevrele pe un mulaj special achiziționat în acest sens.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|---------------------|--|-------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | Însușirea, cunoașterea, prezentarea și redarea corectă a concepțiilor și noțiunilor specifice domeniului de activitate | Evaluare scrisă | 70% |
| 10.5 Seminar | Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare | Notare curentă | 10% |

10.6 Standard minim de performanță

- Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celealte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).
- Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,
28.09.2024

Titular de curs,
Lect. Univ. Alexandru Oprean

Titular de seminar,
Lect. Univ. Alexandru Oprean



UNIVERSITATEA „ALEXANDRU IOAN CUZA” din IAŞI

PER LIBERTATEM AD VERITATEM

www.uaic.ro

Data avizării în departament,

Director de departament,
Conf. Univ. Bogdan-Constantin Ungurean

A handwritten signature in blue ink, appearing to read "Bogdan-Constantin Ungurean".



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași | | | | |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport | | | | |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT | | | | |
| 1.4 Domeniu de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE | | | | |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat | | | | |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală | | | | |

2. Date despre disciplină

| | | | | | |
|---|--|---------------|---|--------------------------|----|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Programe gimnice de estetică corporală | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf. Univ. Dr. MORARU Cristina-Elena | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de lucrări practice | Conf. Univ. Dr. MORARU Cristina-Elena | | | | |
| 2.4 An de studiu | 1 | 2.5 Semestrul | I | 2.6 Tip de evaluare | E |
| | | | | 2.7 Regimul disciplinei* | Ob |

*OB – Obligatoriu / OP – Optional / F – Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|----------------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 4 | 3.2 curs | 2 | 3.3 lucrări practice | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 56 | 3.5 curs | 28 | 3.6 lucrări practice | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 32 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 24 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și cseuri | | | | | 28 |
| Tutoriat | | | | | 2 |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activități | | | | | 6 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | 94 |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | 150 |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | 6 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------------------|---|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sală de curs cu minim 50 locuri, calculator și videoproiector |
|-------------------------------|---|

5.2 De desfășurare a lucrărilor practice

Sală de gimnastică, step-ere, benzi elastice, gym-ball-uri, gantere

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale CT3.Coordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vârstă, persoane în detenție etc.) CT4.Diagnoza nevoilor de formare CT5.Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general | Optimizarea capacitații de mișcare a aparatului locomotor și îmbunătățirea condiției fizice |
| 7.2 Obiectivele specifice | La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: <ul style="list-style-type: none"> • Cunoască funcționarea marilor sisteme: antrenarea capacitaților cardio-vasculare și respiratorii • Conceapă mijloace operaționale pentru dezvoltarea capacitaților motrice în condiții de efort aerob • Conceapă și să aplice mijloace pentru îmbunătățirea componentelor de coordonare și control motor • Cunoască modele operaționale pentru educarea și/sau corectarea atitudinii corporale și să conceapă mijloace pentru prelucrarea specială a unor grupe musculare |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|------------|--|--------------------------|--|
| 1. | - Delimitări conceptuale privind noțiunile de fitness și gimnastică aerobică | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 2. | - Parametri efortului în gimnastică aerobică | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 3. | - Organizarea ședinței de gimnastică aerobică | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 4. | - Tehnica și metodica mișcărilor specifice gimnasticii aerobică | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 5. | - Noțiuni generale despre cueing și acompaniament muzical | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 6. | - Delimitări conceptuale privind noțiunile de expresie corporală și coregrafie | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 7. | - Structura și conținutul unui program de gimnastică aerobică | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 8. | - Programe de gimnastică aerobică | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 9. | - Step aerobic | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 10. | - Programe de step aerobic | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 11. | - Considerații teoretice și practico-metodice privind programele de tae-bo | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 12. | - Programe de tae-bo | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 13. | - Noțiuni generale și aspecte practico-metodice privind metoda Pilates | - Curs interactiv | - 2 ore |
| 14. | - Programe de Pilates | - curs interactiv | - 2 ore |

Bibliografie

- Moraru C.E. (2012). *Gimnastică aerobică: noțiuni de bază și programe de întreținere*; Editura Junimea, Iași.
- Moraru C.E. (2015). *Programe gimnice de estetică corporală*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași.
- Nanu M.C. (2009). *Gimnastică aerobică - mijloc de optimizare a condiției fizice*, Editura Universitară, Craiova.
- Niculescu G. (2008). *Gimnastică aerobică – aprofundare*, Editura Fundației România de Mâine, București.
- Dobrescu T. (2008). *Gimnastică aerobică – strategii pentru optimizarea fitness-ului*, Editura Pim, Iași.

| 8.2 | Lucrări practicee | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|------------|---|--------------------------------------|--|
| 1. | - Noțiuni generale privind structura și conținutul unei lecții de gimnastică aerobică de întreținere | - Explicație, demonstrație, exersare | - 2 ore |
| 2. | - Noțiuni teoretice și practico-metodice despre utilizarea acompanimentului muzical în lecțiile de gimnastică aerobică | - Explicație, demonstrație, exersare | - 2 ore |
| 3 – 4. | - Pași de bază și mișcări specifice gimnasticii aerobice | - Explicație, demonstrație, exersare | - 4 ore |
| 5 – 6. | - Mișcări conduse la nivelul membrelor superioare, inferioare și a trunchiului; mișcări de balans; combinații cu mișcări dinamice | - Explicație, demonstrație, exersare | - 4 ore |
| 7 – 8. | - Structuri de exerciții cu caracter de prelucrare selectivă a principalelor grupe musculare | - Explicație, demonstrație, exersare | - 4 ore |
| 9 - 10. | - Structuri de exerciții pentru dezvoltarea/educarea calităților motrice | - Explicație, demonstrație, exersare | - 4 ore |
| 11 – 12. | - Exerciții pentru dezvoltarea mobilității articulare și elasticității musculare prin metoda stretching | - Explicație, demonstrație, exersare | - 4 ore |
| 13 – 14. | - Programe de gimnastică aerobică (step aerobic, tae-bo, pilates, zumba) pentru diferite nivele: începători, medii, avansați | - Explicație, demonstrație, exersare | - 4 ore |

Bibliografie

- Moraru C.E. (2012). *Gimnastică aerobică: noțiuni de bază și programe de întreținere*; Editura Junimea, Iași.
- Moraru C.E. (2015). *Programe gimnice de estetică corporală*, Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași.
- Nanu M.C. (2009). *Gimnastică aerobică - mijloc de optimizare a condiției fizice*, Editura Universitară, Craiova.
- Niculescu G. (2008). *Gimnastică aerobică – aprofundare*, Editura Fundației România de Mâine, București.
- Dobrescu T. (2008). *Gimnastică aerobică – strategii pentru optimizarea fitness-ului*, Editura Pim, Iași.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

- Conținutul disciplinei este coroborat cu așteptările reprezentanților comunității, a asociațiilor profesionale și angajatorilor (licee și școli generale, cluburi sportive școlare, asociații sportive, cluburi particulare) respectând cerințele domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|------------------------------|---|--------------------------------|--|
| 10.4 Curs | - Explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice disciplinei | - Evaluare scrisă | - 25% |
| | - Conceperea și descrierea terminologică a unor programe specifice domeniului | - Evaluare scrisă | - 25% |
| 10.5 Lucrări practice | - Descrierea și prezentarea unor sisteme operaționale pentru prelucrarea grupelor musculare | - Evaluare practică | - 25% |

| | | | |
|--|--|---------------------|-------|
| | - Conceperea, descrierea terminologică și prezentarea unui program specific domeniului | - Evaluare practică | - 25% |
|--|--|---------------------|-------|

10.6 Standard minim de performanță

- Punctajul la evaluarea scrisă și la cea practică trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de lucrări practice).
- Punctajul final (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările practice, să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,

**Titular de curs,
Moraru Cristina - Elena**

**Titular de lucrări practice,
Moraru Cristina - Elena**

Data avizării în departament,

**Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Ungurean Bogdan**



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași | | | | |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport | | | | |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT | | | | |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE | | | | |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat | | | | |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală | | | | |

2. Date despre disciplină

| | | | | | |
|--|---|---------------|---|---------------------|---|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Noțiuni generale de psihologia grupului sportiv | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf. Univ. Dr. RUSU Oana-Mihaela | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Conf. Univ. Dr. RUSU Oana-Mihaela | | | | |
| 2.4 An de studiu | I | 2.5 Semestrul | I | 2.6 Tip de evaluare | E |

*OB – Obligatoriu / OP – Optional / F – Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|-------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 2 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 28 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 14 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 30 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 35 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 20 |
| Tutoriat | | | | | 5 |
| Examinări | | | | | 3 |
| Alte activități | | | | | 4 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | 97 |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | 125 |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | 5 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|----------------------------------|---|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sala cu minim de locuri astfel încât să se respecte legislația în vigoare, calculator și videoproiector |
| 5.2 De desfășurare a seminarului | Sala cu minim de locuri astfel încât să se respecte legislația în vigoare, calculator și videoproiector |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale CT3.Cordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vîrstă, persoane în detenție etc.) CT4.Diagnoza nevoilor de formare CT5.Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general | Analiza relevanței dinamicii de grup în atingerea performanței sportive |
| 7.2 Obiectivele specifice | <p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prezente, explice noțiuni fundamentale de dinamică de grup, de dinamica grupului sportiv. • Evalueze diferențele procese și fenomene care apar la nivelul grupurilor sportive ca rezultat al interacțiunii dintre membrii acestora • Evalueze tipurile de relații existente între grupurile de sportivi, între acestea și liderii lor formalii sau informali |

8. Conținut

| 8.1 Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|--|--|---|
| 1. Introducere în dinamica de grup. Aplicații ale dinamicii de grup. Delimitări conceptuale: grup social restrâns, echipă de lucru, grup sportiv | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 2. Teorii fundamentale în studiul grupurilor sociale restrânse | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 3. Perspective teoretice de abordare a dinamicii de grup. | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 4. Modele multidimensionale de analiză a grupurilor | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 5. Dinamicile locale ale grupurilor sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 6. Dinamicile globale ale grupurilor sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 7. Dinamicile contextuale ale grupurilor sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |

Bibliografie

Referințe principale:

- Curșeu, L.P. (2007). *Grupurile în organizații*, Ed. Polirom, Iași
- Rusu, O. – *Psiho-sociologia grupurilor sportive. O introducere*, Ed. Tehnopress, Iași, 2012.
- Dragnea, A. (2006). *Elemente de psihosociologie a grupurilor sportive*, Ed. CD-Press, București

- Neculau, A. (2007) - *Dinamica grupului și a echipei*, Ed. Polirom, Iași
- de Visscher, P.; Neculau, A. (coord.) – (2001) – *Dinamica grupurilor. Texte de bază*, Ed. Polirom, Iași.
- Rusu, O. – *Noțiuni de psihologia grupului sportiv. Note de curs*, Ed. Universității "Al. I. Cuza" din Iași, Iași, 2022.

Referințe suplimentare:

- Epuran, M. (1990). *Modelarea conduitei sportive*, Ed. Sport-Turism. București
- Neculau, A. (1977). *Liderii în dinamica grupurilor*, Ed. Științifică și Enciclopedică, București
- Amado, G.; Guittet, A. – *Psihologia comunicării în grupuri*, Ed. Polirom, Iași, 2007
- Muchielli, A. – *Comunicarea în instituții și organizații*, Ed. Polirom, Iași, 2008
- Popescu, C. - *Antrenorul – profilul, personalitatea și munca sa*, Ed. Sport-Turism, București, 1979
- Buzea, C. – *Motivația. Teorii și practici*, Ed. Institutul European, Iași, 2010
- Epuran, M.; Holdevici, I.; Toniță, F. (2001). *Psihologia sportului de performanță: teorie și practică*. Ed. FEST, București
- Neculau, A. (coord.) (2003). *Manual de psihologie socială*, Ed. Polirom, Iași
- Niculescu, M. (1999). *Elemente de psihologia sportului de performanță și mare performanță*, Ed. Didactică și Pedagogică, București.

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|--|--|--|
| 1. | Comunicarea în grupurile sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 2. | Motivația individuală și de grup în grupurile sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 3 | Animarea grupurilor sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 4 | Lider, leadership în grupurile sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 5 | Satisfacția în muncă în grupurile sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 6 | Relațiile de grup în grupurile sportive | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |
| 7 | Climatul de grup în sport | Prelegeri interactive, tehnici de dezbatere, explicația, activități pe grupuri, problematizarea, dezbaterea etc. | 2 ore |

Bibliografie

- Epuran, M. (1990). *Modelarea conduitei sportive*, Ed. Sport-Turism. București
- Neculau, A. (1977). *Liderii în dinamica grupurilor*, Ed. Științifică și Enciclopedică, București
- Amado, G., Guittet, A. – *Psihologia comunicării în grupuri*, Ed. Polirom, Iași, 2007
- Muchielli, A. – *Comunicarea în instituții și organizații*, Ed. Polirom, Iași, 2008
- Popescu, C. - *Antrenorul – profilul, personalitatea și munca sa*, Ed. Sport-Turism, București, 1979
- Buzea, C. – *Motivația. Teorii și practici*, Ed. Institutul European, Iași, 2010
- Chiru, I. – *Comunicarea interpersonală*, Ed. Tritonic, București, 2009
- Stoica-Constantin, A. – *Conflictul interpersonal*, Ed. Polirom, Iași, 2004
- Quaranta, M. – *Animarea grupurilor. Ghid practic*, ed. Polirom, Iași
- Cucui, I.A. – *Motivația – componentă esențială a pregătirii psihice în antrenamentul sportiv la atletism*, ed. Bibliotheca, Târgoviște, 2014.
- Rusu, O. – *Psiho-sociologia grupurilor sportive. O introducere*, Ed. Tehnopress, Iași, 2012..
- Rusu, O. – *Noțiuni de psihologia grupului sportiv. Note de curs*, Ed. Universității "Al. I. Cuza" din Iași, Iași, 2022.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Tematica acestui curs este una de interes interdisciplinar. Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate, fiind prezentate atât din perspectivă teoretică, cât și din perspectivă practică (sunt aduse în atenție cercetări aplicative), cu particularizare la diferite contexte locale/ regionale/ naționale/ continentale/ internaționale.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|--|--|---|--|
| 10.4 Curs | <ul style="list-style-type: none"> - Prezența la orele de curs în proporție de 50% cel puțin - Participare activă la problematica dezvoltată la orele de curs - Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate și abilitatea de a le aplica în situații noi, prezentate în orele de curs și seminar | Evaluare scrisă | 50% |
| 10.5 Seminar | <ul style="list-style-type: none"> - Prezența, în conformitate cu regulamentele în vigoare - Participare activă la problematica abordată la fiecare seminar (intervenții - minim 4/semestrul) - Evaluarea activității individuale și elaborarea (referat) - Obținerea notei minime 5 la referatul susținut, condiție de examen pentru a intra în evaluarea finală | Evaluare curentă: <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea activității independente și individuale (elaborarea referatului) - evaluarea participării active pe parcursul activităților de seminar/curs | 30% 20% |
| 10.6 Standard minim de performanță | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • Îndeplinirea criteriului de participare, în conformitate cu regulamentele în vigoare (directivele UE, regulamentele UAIC, FEFS) • Elaborarea, tehnoredactarea și susținerea de materiale documentare și personale (referat individual) în plenul grupei, pe parcursul celor 14 săptămâni de activitate didactică, și obținerea minimum a notei 5 pentru a putea fi eligibil pentru evaluarea finală (susținerea referatului este condiție de intrare în evaluarea finală) • Participare activă în cadrul orelor de curs și seminar (minim 7 intervenții cumulate curs și seminar pe parcursul întregului semestrul) • Obținerea minimum a notei 5 la examenul scris | | | |

Data completării,

**Titular de curs,
conf.univ.dr. Oana Rusu**

**Titular de seminar,
conf.univ.dr. Oana Rusu**

Data avizării în departament,

**Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Ungurean Bogdan Constantin**



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | |
|---------------------------------------|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală |

2. Date despre disciplină

| | | | | | |
|--|--|---------------|---|---------------------|---|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Elemente de cercetare aplicate în activități motrice | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Prof. Univ. Dr. CHIRAZI Marin | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Prof. Univ. Dr. CHIRAZI Marin | | | | |
| 2.4 An de studiu | I | 2.5 Semestrul | I | 2.6 Tip de evaluare | E |

*OB – Obligatoriu / OP – Optional / F – Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|-------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 2 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 28 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 14 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 28 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 25 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 26 |
| Tutoriat | | | | | 6 |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activități | | | | | 10 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|--|
| 4.1 De curriculum | Parcurgerea cursului "Metode de cercetare în educație fizică și sport" |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|----------------------------------|---|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sala de seminar cu minim 50 de locuri cu laptop și videoproiector |
| 5.2 De desfășurare a seminarului | Sala de seminar cu minim 50 de locuri cu laptop și videoproiector |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale CT3.Coordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vîrstă, persoane în detenție etc.) CT4.Diagnoza nevoilor de formare CT5.Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|---|
| 7.1 Obiectivul general | Formarea cunoștințelor necesare realizării unei lucrări de disertație |
| 7.2 Obiectivele specifice | La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: Introducere în cercetarea aplicată Formarea capacității de monitorizare a evoluției aspectului fizic al unui practicant al exercițiilor fizice |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|------------|--|--------------------------|---|
| 1. | Prezentarea activității de cercetare specifică domeniului activităților corporale. | Prelegere academică | 2 ore |
| 2. | Prezentarea metodelor specifice utilizate în cercetarea domeniului | Prelegere academică | 2 ore |
| 3. | Metoda studiului de caz | Prelegere academică | 2 ore |
| 4. | Metoda brainstorming-ului | Prelegere academică | 2 ore |
| 5. | Metode de prezentare a rezultatelor cercetării | Prelegere academică | 2 ore |
| 6. | Conținutul și structura unei lucrări de disertație | Prelegere academică | 2 ore |
| 7. | Evaluări, măsurători și teste în domeniul activităților motrice | Prelegere academică | 2 ore |

- Bibliografie**

Chirazi, M., *Elemente de cercetare aplicate în activitățile motrice*, Editura Universității "Al.I.Cuza", Iași 2014.
 Petrea, R.G., *hid metodologic* pentru elaborarea lucrărilor de licență, disertație și gradul I în domeniul educației fizice, sportului și kinetoterapiei, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2019
 Epuran Mihai, *Metodologia cercetării activităților corporale: exerciții fizice, sport, fitness*, Editura Fest, București, 2005.
 Rădulescu Mihaela Șt., *Metodologia cercetării științifice: elaborarea lucrărilor de licență, masterat, doctorat*, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2011.
 Oprea, D., *Managementul proiectelor*, Editura Polirom, Iași, 2002.

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|------------|--|---|---|
| 1. | Exemple de studii și cercetări în domeniul activităților fizice de întreținere | Prezentare de referate și discuții tematice | 6 ore |
| 2. | Protocolul derulării unui studiu de caz | Prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 3. | Protocolul derulării unui studiu de caz | Prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 4. | Metoda brainstorming-ului | Metoda interactivă | 2 ore |
| 5. | Realizarea unor evaluări efective și interpretarea lor | Demonstrarea, exersarea | 2 ore |

- Bibliografie**

Chirazi, M., *Elemente de cercetare aplicate în activitățile motrice*, Editura Universității "Al.I.Cuza", Iași 2014.
 Petrea, R.G., *hid metodologic* pentru elaborarea lucrărilor de licență, disertație și gradul I în domeniul educației fizice, sportului și kinetoterapiei, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2019
 King, R.. *Strategia cercetării*, Editura Polirom, Iași, 2005.

Yin, R., *Studiu de caz, desingul, colectarea și analiza datelor*. Editura Polirom, Iași, 2005.
 Enăchescu, C., *Tratat de teoria cercetării științifice*. Editura Polirom, Iași, 2005.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Absolvenții vor avea capacitatea de a identifica aspectele de optimizare a activităților fizice efective cât și a managementului și marketingului unui complex de întreținere. Vor avea capacitatea de a efectua evaluări fizice, sondaje de opinii.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|----------------|--|-------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | Însușirea, cunoașterea și aplicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice cercetării | Evaluare orală | 60% |
| 10.5 Seminar | Participarea la proiecte de cercetare, elaborarea și comunicarea unui referat cu temă de cercetare la alegere folosind terminologia specifică cercetării | Notare curentă | 40% |

10.6 Standard minim de performanță

Punctajul final calculat (media), se realizează prin însumarea rezultatului la evaluarea orală și evaluările curente (activitățile de seminar), și trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,
22.09.2024

Titular de curs,
prof. univ. Chirazi Marin
Chirazi

Titular de seminar,
prof. univ. Chirazi Marin
Chirazi

Data avizării în departament,
27.09.2024

Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Bogdan- Constantin Ungurean
Bogdan- Constantin



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași | | | | |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport | | | | |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT | | | | |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE | | | | |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat | | | | |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală | | | | |

2. Date despre disciplină

| | | | | | |
|--|--------------------------------|---------------|---|---------------------|---|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Etică și integritate academică | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf. Univ. Dr. POPESCU Lucian | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Conf. Univ. Dr. POPESCU Lucian | | | | |
| 2.4 An de studiu | 1 | 2.5 Semestrul | 1 | 2.6 Tip de evaluare | E |

*OB – Obligatoriu / OP – Optional / F – Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|-------------|----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 3 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 42 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 28 |

| | |
|--|-----|
| Distribuția fondului de timp | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | 20 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | 20 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | 20 |
| Tutoriat | 9 |
| Examinări | 4 |
| Alte activități | 10 |

| | |
|---------------------------------|-----|
| 3.7 Total ore studiu individual | 83 |
| 3.8 Total ore pe semestru | 125 |
| 3.9 Numărul de credite | 5 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|----------------------------------|---|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sală de curs, calculator și videoproiector |
| 5.2 De desfășurare a seminarului | Sală de seminar, calculator și videoproiector |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic. în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale CT3.Cordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vîrstă, persoane în detenție etc.) CT4.Diagnoza nevoilor de formare CT5.Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|---|
| 7.1 Obiectivul general | Proiectarea, planificarea, organizarea și adaptarea principiilor eticii și mecanismelor care guvernează activitatea profesională în cadrul unei organizații. |
| 7.2 Obiectivele specifice | La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să înțeleagă: <ul style="list-style-type: none"> • Rolul și importanța conștientizării în pregătirea profesională. • Delimitarea conceptuală a normelor, principiilor și valorilor morale, precum și rolul acestora în relațiile socio-profesionale. |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|---------------------|--|------------------------|---|
| 1. | CURS INTRODUCTIV. PREZENTAREA FIȘEI DE DISCIPLINĂ ȘI A REPERELOR BIBLIOGRAFICE AFERENTE CURSULUI | prelegerea interactivă | 2 ore Fișa disciplinei – site-ul facultății https://www.sport.uaic.ro/fisele-disciplinelor/ |
| 2. | CONSIDERAȚII TEORETICE PRIVIND ETICA ȘI TEORIILE CARE O SUSTIN | prelegerea interactivă | 2 ore, Popescu Lucian – <i>Etică și integritate academică</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 3. | ROLUL ȘI IMPORTANȚA UNEI UNIVERSITĂȚI ÎN SOCIETATEA ACTUALĂ | prelegerea interactivă | 2 ore, Popescu Lucian – <i>Etică și integritate academică</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 4. | ETICĂ ȘI INTEGRITATE ACADEMICĂ | prelegerea interactivă | 2 ore, Popescu Lucian – <i>Etică și integritate academică</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 5. | GHIDUL PROFESORULUI ÎN ETICĂ ȘI INTEGRITATE ACADEMICĂ | prelegerea interactivă | 2 ore. Popescu Lucian – <i>Etică și integritate academică</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 6. | GHIDUL STUDENTULUI PENTRU ETICĂ ȘI INTEGRITATE ACADEMICĂ | prelegerea interactivă | 2 ore, Popescu Lucian – <i>Etică și integritate academică</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 7. | PARTICULARITĂȚI PRIVIND ETICA FORMĂRII PROFESIONALE ÎN DOMENIUL DE ACTIVITATE DIN PERSPECTIVA MANAGEMENTULUI CALITĂȚII | prelegerea interactivă | 2 ore, Popescu Lucian – <i>Etică și integritate academică</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| Bibliografie | | | |

- Popescu Lucian – *Etică și integritate academică*, suport de curs (format electronic), 2024.
- Iațu, Corneliu, Agheorghiesei, Daniela-Tatiana. Calitate în educație prin responsabilitate socială și etică profesională în activitatea de predare și evaluare. Editura Universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2018
- Constantinescu, Mihaela, Mureșan, Valentin. Instituționalizarea eticii: mecanisme și instrumente. Editura Universității din București, 2013.
- Copoeru, Ion – coord., Szabo, Nicoleta, Iliescu, Adrian-Paul, Prahovean, Vasile. Etică și cultură profesională. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca, 2008.
- Miroiu, Mihaela, Blebea, Nicolae, Gabriela. Introducere în etica profesională. Editura Trei, București, 2001.
- Mureșan, Valentin. Managementul eticii în organizații. Editura Universității din București, 2009.

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|---|---|--|
| 1. | Apariția și evoluția conceptului de etică. | prezentare de referate și discuții tematice | 4 ore |
| 2. | Delimitarea conceptuală a termenilor de etică, integritate academică și deontologie profesională. Diferențe și asemănări între morală – moralitate – etică – deontologie profesională | prezentare de referate și discuții tematice | 4 ore |
| 3. | Managementul eticii într-o organizație: mijloace utile în identificarea unei organizații ale integrității | prezentare de referate și discuții tematice | 4 ore |
| 4. | Managementul performanței etice – cele 5 stadii ale evoluției managementului etic | prezentare de referate și discuții tematice | 4 ore |
| 5. | Particularități privind conținutul etic al organizației: cele „șapte virtuți” organizaționale | prezentare de referate și discuții tematice | 4 ore |
| 6. | Profilul etic, moral și deontologic al specialistului din domeniul educației fizice și sportului | prezentare de referate și discuții tematice | 4 ore |
| 7. | Particularități privind drepturile și obligațiile specialistilor domeniului în exersarea profesiei. Particularități privind discriminarea, corupția și hărțuirea la locul de muncă | prezentare de referate și discuții tematice | 4 ore |

Bibliografie

- Popescu Lucian – *Etică și integritate academică*, suport de curs (format electronic), 2024.
- Constantinescu, Mihaela, Mureșan, Valentin. Instituționalizarea eticii: mecanisme și instrumente. Editura Universității din București, 2013.
- Copoeru, Ion – coord., Szabo, Nicoleta, Iliescu, Adrian-Paul, Prahovean, Vasile. Etică și cultură profesională. Editura Casa Cărții de Știință, Cluj-Napoca, 2008.
- Miroiu, Mihaela, Blebea, Nicolae, Gabriela. Introducere în etica profesională. Editura Trei, București, 2001.
- Mureșan, Valentin. Managementul eticii în organizații. Editura Universității din București, 2009.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă concepțele majore relevante privind etica, integritatea academică și deontologia profesională cu rol esențial în formarea profilului etic al specialistului din domeniul Științei Sportului și Educației Fizice.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|--|---|-------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice eticii, integrității academice și deontologiei profesionale | Evaluare scrisă | 50% |
| 10.5 Seminar | Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare | Notare curentă | 30% |
| | Contribuție personală la dezvoltarea domeniului | Notare curentă | 20% |
| 10.6 Standard minim de performanță | | | |
| • Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar). | | | |

- Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,
28.09.2024

Titular de curs,
Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU

Titular de seminar,
Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU



Data avizării în departament,

Director de departament,





FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași | | | | |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport | | | | |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT | | | | |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE | | | | |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat | | | | |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală | | | | |

2. Date despre disciplină

| | | | | | |
|--|---|---------------|---|---------------------|-------------------------------|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Medierea conflictelor în sport | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Prof. Univ. Dr. ABALAȘEI Beatrice-Aurelia | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Conf. Univ. Dr. Popovici Illeana-Monica | | | | |
| 2.4 An de studiu | I | 2.5 Semestrul | I | 2.6 Tip de evaluare | C 2.7 Regimul disciplinei* Op |

*OB - Obligatoriu / OP - Optional / F - Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|-----|----------|----|-------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 2 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 28 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 14 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 24 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 28 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 6 |
| Tutoriat | | | | | 4 |
| Examinări | | | | | 5 |
| Alte activități | | | | | 5 |
| 3.7 Total ore studiu individual | 72 | | | | |
| 3.8 Total ore pe semestru | 100 | | | | |
| 3.9 Numărul de credite | 4 | | | | |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---|
| 4.1 De curriculm | Comunicare în Știința Sportului și Educației Fizice |
| 4.2 De competențe | - |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------------------|------------------------------|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sală de curs, videoproiector |
|-------------------------------|------------------------------|

5.2 De desfășurare a seminarului

Sală de curs, videoproiector, flip-chart

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale CT3.Coordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vîrstă, persoane în detenție etc.) CT4.Diagnoza nevoilor de formare CT5.Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|---|
| 7.1 Obiectivul general | Formarea competențelor de mediere în scopul managementului conflictului în organizații specifice domeniului educațional. |
| | La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: |
| 7.2 Obiectivele specifice | <ul style="list-style-type: none"> • Medieze conflicte în școală sau în alte grupuri educaționale; • Faciliteze comunicarea în grupuri educaționale, administrative pentru luarea celor mai optime decizii; • Instituie managementul schimbării și să încheie contracte complexe; • Negocieze într-un conflict. |

8. Conținut

| 8.1 Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|--|--------------------------|--|
| 1. - Medierea, metodă alternativă de rezolvare a conflictelor (descriere, delimitare, istoric) | - Prelegere interactivă | - 2 ore |
| 2. - Medierea în mediul educational | - Prelegere interactivă | - 2 ore |
| 3. - Comunicarea în procesul de mediere | - Prelegere interactivă | - 2 ore |
| 4. - Gestionarea agresivității în procesul de mediere | - Prelegere interactivă | - 2 ore |
| 5. - Stiluri de mediere | - Prelegere interactivă | - 2 ore |
| 6. - Negocierea | - Prelegere interactivă | - 2 ore |
| 7. - Curs recapitulativ | - Prelegere interactivă | - 2 ore |

Bibliografie

- Abalașei, B. (2013). Conflict și mediere în sport. Editura Tehnpress, Iași
 Boncu, Șt. (2006) Negocierea și medierea: perspective psihologice / Ștefan Boncu; prefată de Zoltan Bogáthy. - Iași : Institutul European
 Stoica-Constantin, Ana. (2018). Conflictul interpersonal: prevenire, rezolvare și diminuarea efectelor, Editura Polirom, Iași.
 Șanța, M. (2012) Procedura medierii conflictelor, Editura PIM, Iași

| 8.2 Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|---|------------------------------------|--|
| 1. - Medierea în educație fizică și sport | - Expunere, brain-storming, mozaic | - 2 ore |
| 2. - Medierea în sportul de performanță | - Expunere, brain-storming, mozaic | - 2 ore |
| 3. - Educație și performanță prin mediere | - Expunere, brain-storming, mozaic | - 2 ore |

| | | | |
|----|--|------------------------------------|---------|
| 4. | - Stiluri de mediere în școală | - Expunere, brain-storming, mozaic | - 2 ore |
| 5. | - Comunicarea constructivă în colectivele de elevi | - Expunere, brain-storming, mozaic | - 2 ore |
| 6. | - Negociere vs. mediere | - Expunere, brain-storming, mozaic | - 2 ore |
| 7. | - Managementul agresivității în conflict | - Expunere, brain-storming, mozaic | - 2 ore |

Bibliografie

- Abalașei, B. (2013). Conflict și mediere în sport, Editura Tehnpress, Iași
 Boncu, Șt. (2006) Negocierea și medierea: perspective psihologice / Ștefan Boncu; prefață de Zoltan Bogáthy. - Iași : Institutul European
 Stoica-Constantin, Ana. (2018). Conflictul interpersonal: prevenire, rezolvare și diminuarea efectelor, Editura Polirom, Iași.
 Șanța, M. (2012) Procedura medierii conflictelor, Editura PIM, Iași

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele de curs și seminar sunt subiecte utile în dezvoltarea domeniului, iar abordarea lor în cadrul disciplinei Medierea conflictelor în sport vine să completeze profilul profesional al profesorului de educație fizică sau al antrenorului, într-un context social și economic dinamic. În același sens, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante prin transdisciplinaritate și acumularea cunoștințelor necesare coordonării, conceperii activităților de formare, educare.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|----------------|--|-------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | - Prezentarea noțiunilor principale (examen scris) | - Evaluare sumativă | - 50% |
| 10.5 Seminar | - Realizarea unui proiect prin documentare obiectivă | - Evaluare curentă | - 50% |

10.6 Standard minim de performanță

Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5), indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).

Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările la seminar să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării, Prof. Univ. Dr. ABALAȘEI Beatrice-Aurelia  **Titular de curs,** Conf. Univ. Dr. POPOVICI Illeana-Monica 

Data avizării în departament,
27. 09. 2024

Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Bogdan UNGUREAN 



FIŞĂ DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | |
|---------------------------------------|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală |

2. Date despre disciplină

| | | | | | |
|--|---|---------------|----|---------------------|-------------------------------|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf. Univ. Dr. HONCERIU Cezar | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Lect.dr. Trofin Petrut Florin | | | | |
| 2.4 An de studiu | I | 2.5 Semestrul | II | 2.6 Tip de evaluare | E 2.7 Regimul disciplinei* Ob |

*OB – Obligatoriu / OP – Opțional / F – Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|-------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 3 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 42 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | |
| Tutoriat | | | | | |
| Examinări | | | | | |
| Alte activități | | | | | |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | 83 |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | 125 |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | 5 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------------------|----------------|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Videoproiector |
|-------------------------------|----------------|

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | <p>CP1.Aprofundarea reperelor teoretice și practice din structura problematicii proiectării documentelor școlare</p> <p>CP2.Formarea capacitatei de aplicare a problematicii teoretice și practice de proiectare a documentelor didactice</p> <p>CP3.Aplicarea în contexte specifice a mecanismelor cunoașterii științifice și a modului de construcție a teoriilor științifice în educația fizică curriculară și activitățile sportive extracurriculare</p> <p>CP4.Cunoașterea și implementarea conceptelor privind determinarea complexă a proiectării învățării</p> <p>CP5.Formarea sistemului de deprinderi și priceperii teoretice și practice care permit masterandului să se orienteze în domeniul cercetării educației fizice și sportive (recunoașterea situațiilor problematice și orientarea spre soluțiile de rezolvare</p> |
| Competențe transversale | <p>CT1.Utilizarea deprinderilor de muncă intelectuală eficientă, manifestarea unor atitudini responsabile față de domeniul științific și didactic pentru valorificarea optimă a potențialului propriu în situații specifice cu respectarea principiilor și normelor de etică profesională</p> <p>CT2.Desfășurarea eficientă a activităților organizate în echipă</p> <p>CT3.Utilizarea eficientă a surselor informative și a resurselor de comunicare în formarea profesională asistată</p> <p>CT4.Formarea capacitatei de operaționalizare a conceptelor despre activitatea fizică și instrumentalizarea lor în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice structurat pe trei piloni principali:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de cunoaștere, înțelegere și interpretare a noțiunilor, principiilor și elaborarea de proiecte de cercetare științifică; 2. Competențe instrumentale – aplicative de utilizare a noțiunilor, de identificare a situațiilor practice experimentale și de aplicare a metodelor de cercetare în context practic; 3. Competențe atitudinale – de promovare a valorii și a potențialului propriu, de promovare a unui climat propice și a interesului în activitatea didactică și științifică |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general | <p>Dobândirea următoarelor competențe și cunoștințe: cunoștințe de bază asupra fiziologiei umane; cunoașterea surselor de energie și relația acestora cu tipul de efort efectuat; înțelegerea proceselor fiziologice care conduc la adaptarea organismului în urma efectuării efortului fizic.</p> <p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> |
| 7.2 Obiectivele specifice | <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea modificărilor fiziologice imediate și tardive cauzate de efortul fizic; • Cunoașterea limitelor fiziologice umane în efort fizic; • Metode și mijloace de evaluare a parametrilor fiziologici în efort; • Cunoașterea influenței dopingului asupra organismului. |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|---|-----------------------|---|
| 1. | Homeostazie, adaptare, metabolism. Modificările acute și tardive ale organismului induse de efortul fizic. Adaptare și dezechilibru induse de efortul fizic sistematic. | Prelegere interactivă | 2 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 2. | Mecanismele de termoreglare ale organismului | Prelegere interactivă | 2 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 3. | Modificări fiziologice în timpul efortului fizic într-un mediu ambiant cald. Efortul fizic într-un mediu ambiant rece. | Prelegere interactivă | 2 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 4. | Aspecte fiziologice privind efortul fizic la | Prelegere interactivă | 2 ore / Honceriu, C. (2023). |

| | | | |
|----|--|-----------------------|---|
| | copii. Capacitățile fizice ale copilului. | | Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 5. | Sportul la persoanele în vîrstă. | Prelegere interactivă | 2 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 6. | Substanțele care susțin efortul. Dopajul și riscurile legate de utilizarea substanțelor interzise. | Prelegere interactivă | 2 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 7. | Evaluarea capacității acrobe de efort prin probe de teren. Evaluarea unor indicatori fiziologici și motrici în sportul de performanță. | Prelegere interactivă | 2 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |

Bibliografie

- Honceriu, C., 2015 – Fiziologia efortului fizic. Editura PIM, Iași.
 Honceriu, C., 2015 - Efortul aerob în jocul de fotbal. Editura PIM, Iași.
 Honceriu, C., 2015. Aspekte ergofisiologice la copii și importanța mișcării în combaterea obezității. Conferința Națională Prevenția Obezității la Vârstă Copilăriei 2015, Editura Gr.T.Popă, UMF Iași, ISBN 978-606-544-319-8.
 Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași.
 Honceriu, C., 2018). Prevenția obezității la vîrstă copilăriei. Editura Universității Alexandru Ioan Cuza Iași, Editura Gr.T.Popă – UMF Iași, 2018. Cap.II, Exercițiile fizice pentru combaterea obezității și metabolismul de efort.

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-------|---|---|---|
| 1-2 | Homeostazie și valori homeostazice. Indicatori fiziologici ai homeostaziei. Mecanisme homeostazice ale organismului. Heterostazia, factori de stress și fenomenul de adaptare. Metabolismul și sursele de energie. Măsurarea costului energetic în efort. | Prelegere interactivă, referate și discuții tematice. | 4 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 3-4 | Modificări de efort ale sistemului muscular. Modificări imediate și tardive. Mijloacele fizice ale schimburilor de căldură. Stocarea căldurii de către organism. | Prelegere interactivă, referate și discuții tematice. | 4 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic. UAIC, Iași. |
| 5-6 | Echilibrul hidric. Riscurile exercițiului fizic la căldură. Măsurarea stresului termic. řocul caloric. Prevenirea hipertermiei. Aclimatizarea la exercițiu fizic într-un ambiant cald Factorii care afectează pierderile de căldură ale organismului. Modificări fiziologice în timpul exercițiului fizic în mediu ambiant rece. Aclimatizarea la rece. | Prelegere interactivă, referate și discuții tematice. | 4 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 7-8 | Creșterea și dezvoltarea diferitelor țesuturi. Modificări imediate și tardive Motricitatea generală. Capacitatea aerobă. Capacitatea anaerobă. | Prelegere interactivă, referate și discuții tematice. | 4 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| 9-10 | Evoluția factorilor cardiorespiratorii la persoanele în vîrstă. Expunerea la factori de risc: altitudine, căldură, rece. | Prelegere interactivă, referate și discuții tematice. | 4 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic. UAIC, Iași. |
| 11-12 | Efectul scontat și efectul real al utilizării susținătoarelor de efort. | Prelegere interactivă, referate și discuții tematice. | 4 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |

| | | | |
|---|---|---|---|
| 13-14 | Proba Ruffier. Testul Astrand Ryhming. Testul VAMEVAL. Testul Yo-Yo. Testul Gacon. Testul Cooper Testul Miron Georgescu. Testul Bosco. Testul Sargent. Testul Wingate. | Prelegere interactivă, referate și discuții tematice. | 4 ore / Honceriu, C. (2023). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic electronic, UAIC, Iași. |
| Bibliografie | | | |
| Hăulică, I., col., 2009 – Fiziologie umană. Editura Medicală, București. Honceriu, C., 2015 – Fiziologia efortului fizic. Editura PIM, Iași. Honceriu, C., 2015 - Efortul aerob în jocul de fotbal. Editura PIM, Iași. Honceriu, C., 2015. Aspecte ergofiziologice la copii și importanța mișcării în combaterea obezității. Conferința Națională Prevenția Obezității la Vârstă Copilăriei 2015, Editura Gr.T.Popă, UMF Iași, ISBN 978-606-544-319-8. Honceriu, C. (2016). Fiziologia și ergofiziologia activităților fizice. Curs master în format fizic și electronic, UAIC, Iași. | | | |

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă concepțele majore relevante privind cadrul legislativ și organizatoric al domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|------------------------------------|---------------------------|----------------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | Evaluare pe parcurs | Evaluare cu chestionar tip grilă | 50% |
| 10.5 Seminar | Evaluare pe parcurs | Prezentare referate | 50 % |
| 10.6 Standard minim de performanță | | | |

Minim nota 6 la referat.

**Data completării,
15.09.2024**

**Titular de curs,
Conf.univ.dr. Cezar Honceriu**

**Titular de seminar,
Lect.univ.dr. Trofin Petru-Florin**

**Data avizării în departament,
27.09.2024**

**Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Hab. Ungurean Bogdan Constantin**



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași | | | | |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport | | | | |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT | | | | |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE | | | | |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat | | | | |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală | | | | |

2. Date despre disciplină

| | | | | | | | |
|--|-----------------------------------|---------------|----|---------------------|---|--------------------------|----|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Managementul centrelor de fitness | | | | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Lect. Univ. Dr. NICHIFOR Florin | | | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Lect. Univ. Dr. NICHIFOR Florin | | | | | | |
| 2.4 An de studiu | I | 2.5 Semestrul | II | 2.6 Tip de evaluare | E | 2.7 Regimul disciplinei* | Ob |

*OB - Obligatoriu / OP - Optional / F - Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|-------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 3 | 3.2 curs | 2 | 3.3 seminar | I |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 42 | 3.5 curs | 28 | 3.6 seminar | 14 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 20 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 30 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 20 |
| Tutoriat | | | | | 10 |
| Examinări | | | | | 20 |
| Alte activități | | | | | 8 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | 108 |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | 150 |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | 6 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|----------------------------------|--|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sală de curs, calculator și videoproiector |
| 5.2 De desfășurare a seminarului | Sală seminar, calculator și videoproiector |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--|---|
| Competențe profesionale CP1.Cunoșterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale CT3.Coordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vîrstă, persoane în detenție etc.) CT4.Diagnoza nevoilor de formare CT5.Autocontrolul procesului de învățare |
|--|---|

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|---|--|
| 7.1 Obiectivul general Cursul își propune o abordare teoretiко-practică a aspectelor legate de managerierea (conducerea) unui centru de fitness, astfel încât să crească gradul de utilitate al acestora, eficiență dar și posibilitatea de a le rentabiliza. | 7.2 Obiectivele specifice La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea elementelor și noțiunilor (teoretice) de management (organizare) a unui centru de fitness • abordare practică a aspectelor legate de organizarea (administrarea) unui centru de fitness, astfel încât să crească gradul de utilitate al acestora, eficiență lor dar și posibilitățile existente de a le rentabiliza • indeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a managerierii (organizării/administrării) unui centru de fitness. |
|---|--|

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|--|--------------------------|---|
| 1. | - organizarea conducerii manageriale în organizațiile sportive (centrul de fitness) | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Burduș, E., Câprărescu, G.H., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) <i>Managementul schimbărilor organizaționale</i> , ediția a II-a, edit. Economică, București |
| 2. | - argumente pentru o perspectivă managerială modernă în activitatea de fitness | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Burduș, E., Câprărescu, G.H., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) <i>Managementul schimbărilor organizaționale</i> , ediția a II-a, edit. Economică, București |
| 3. | - centrul de fitness – principalul factor de succes: resursa umană / resursa materială | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Nica P., Iftimescu A., 2004 <i>Management concepte și aplicații</i> , edit. Sedcom Libris, Iași. |
| 4. | - centrul de fitness – principalul factor de succes: resursa umană / resursa materială | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Nica P., Iftimescu A., 2004 <i>Management concepte și aplicații</i> , edit. Sedcom Libris, Iași. |
| 5. | - aspecte ale organizării procesuale în conducere managerială a organizațiilor sportive (centrul de fitness) | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 6. | - aspecte ale organizării procesuale în conducere managerială a organizațiilor | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Profiroiu, M., (2014) <i>Managementul organizațiilor</i> |

| | | | |
|-----|--|--------------------------|---|
| | sportive (centrul de fitness) | | <i>publice, edit. Economică Bucureşti</i> |
| 7. | - conceptul de structură organizatorică | - prelegerea interactivă | - 2ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 8. | - elementele de bază ale structurii organizatorice | - prelegerea interactivă | - 2ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 9. | - elementele de bază ale structurii organizatorice | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 10. | - aspecte procesuale și structurale în organizarea și conducedea managerială la nivelul centrului de fitness | - prelegerea interactivă | - 2 ore // Profiroiu, M., (2014) <i>Managementul organizațiilor publice</i> , edit. Economică Bucureşti |
| 11. | - aspecte procesuale și structurale în organizarea și conducedea managerială la nivelul centrului de fitness | - prelegerea interactivă | - 2 ore // Profiroiu, M., (2014) <i>Managementul organizațiilor publice</i> , edit. Economică Bucureşti |
| 12. | - activități de marketing în cadrul unei săli de fitness | - prelegerea interactivă | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 13. | - activități de marketing în cadrul unei săli de fitness | - prelegerea interactivă | - 2ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 14. | - proiect managerial al unui centru de fitness (model) | - prelegerea interactivă | - 2ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |

Bibliografie

- Burduș, E., Căprărescu, GH., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) *Managementul schimbărilor organizaționale*, ediția a II-a, edit. Economică, Bucureşti
- Nica P., Iftimescu A.. 2004 *Management concepte și aplicații*, edit. Sedcom Libris, Iași.
- Nichifor, F., (curs 2014) *Managementul centrelor de fitness*, edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi
- Profiroiu, M., (2014) *Managementul organizațiilor publice*, edit. Economică Bucureşti

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|---|---|---|
| 1. | - aspecte teoretice legate de abordarea sistemică în managementul centrului de fitness. Sistemul de management al organizației sportive (centrul de fitness) | - discuții tematice | - 2ore / Burduș, E., Căprărescu, GH., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) <i>Managementul schimbărilor organizaționale</i> , ediția a II-a, edit. Economică, Bucureşti |
| 2. | - subsistemul organizatoric în managementul centrului de fitness. Subsistemul informațional în managementul centrului de fitness. Subsistemul decizional managerial în managementul centrului de fitness. Subsistemul metodologico-managerial în managementul centrului de fitness. Alte viziuni asupra sistemului asociației . | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2ore / Burduș, E., Căprărescu, GH., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) <i>Managementul schimbărilor organizaționale</i> , ediția a II-a, edit. Economică, Bucureşti |
| 3. | - argumente pentru o perspectivă managerială modernă în activitatea de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2ore / Nica P., Iftimescu A.. 2004 <i>Management concepte și aplicații</i> , edit. Sedcom Libris, Iași, |
| 4. | - aspecte generale ale sălii de fitness. Sala | - prezentare de referate și | - 2ore / Nica P., Iftimescu A.. |

| | | | |
|----|--|---|---|
| | de fitness – model de manageriere. Aspecte particulare ale sălii de fitness | discuții tematice | 2004 <i>Management concepte și aplicații</i> , edit. Sedcom Libris, Iași, |
| 5. | - aspecte generale ale sălii de fitness. Sala de fitness – model de manageriere. Aspecte particulare ale sălii de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 6. | - structura administrației pentru un centru de fitness. Determinarea obiectului de activitate al centrului de fitness. Atribuțiile directorului executiv al centrului de fitness. Proiecte elaborate și aplicate pentru realizarea programelor sportive de utilitate public. | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Profiroiu, M., (2014) <i>Managementul organizațiilor publice</i> , edit. Economică București |
| 7. | - importanța unui brand. Ce înseamnă un echipament de calitate. Moda în materie de fitness . Săli de fitness pentru hoteluri. Club independent. Amatori sau profesioniști? Unde și cum se investește în fitness. | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F.. (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |

Bibliografie

- Burduș, E., Căprărescu, G.H., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) *Managementul schimbărilor organizaționale*, ediția a II-a, edit. Economică, București
- Nica P., Iftimescu A., 2004 *Management concepte și aplicații*, edit. Sedcom Libris, Iași,
- Nichifor, F.. (curs 2014) *Managementul centrelor de fitness*, edit, Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi
- Profiroiu, M., (2014) *Managementul organizațiilor publice*, edit. Economică București

9. Corborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă concepțele majore relevante privind cadrul legislativ și organizatoric al domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|----------------|---|--------------------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | - insușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate | - evaluare scrisă | 60% |
| 10.5 Seminar | - elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare - intervenții la discuții | - notare curentă - notare curentă | 20% 20% |

10.6 Standard minim de performanță

Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).

Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,
30.09.2024

Titular de curs,
Lect. Univ. Dr. NICHIFOR Florin

Titular de seminar,
Lect. Univ. Dr. NICHIFOR Florin

Data avizării în departament,
30.09.2024

Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Bogdan UNGUREAN



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | |
|--|---|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală |

2. Date despre disciplină

| | | | | |
|---|---|----------------------|-----------|----------------------------|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Noțiuni de nutriție în fitness | | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf. Univ. Dr. HAGIU Bogdan-Alexandru | | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Conf. Univ. Dr. HAGIU Bogdan-Alexandru | | | |
| 2.4 An de studiu | 1 | 2.5 Semestrul | II | 2.6 Tip de evaluare |

'OB - Obligatoriu / OP - Optional / F - Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|-----------|-----------------|-----------|--------------------|------------|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 3 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 42 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 30 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 33 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 36. |
| Tutoriat | | | | | - |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activități | | | | | 7 |

| | |
|--|------------|
| 3.7 Total ore studiu individual | 108 |
| 3.8 Total ore pe semestru | 150 |
| 3.9 Numărul de credite | 6 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|--------------------------|----------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul. |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul. |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|---|---------------------------------|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sală de curs cu videoproiector. |
| 5.2 De desfășurare a seminarului | Sală de curs cu videoproiector. |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|--|
| Competențe profesionale | <p>CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale</p> <p>CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală</p> <p>CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi</p> <p>CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive</p> <p>CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării</p> |
| Competențe transversale | <p>CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților</p> <p>CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale</p> <p>CT3.Coordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vârstă, persoane în detenție etc.)</p> <p>CT4.Diagnoza nevoilor de formare</p> <p>CT5.Autocontrolul procesului de învățare</p> |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|---|
| 7.1 Obiectivul general | <ul style="list-style-type: none"> Optimizarea potențialului biologic pentru activitățile de întreținere corporală. Însușirea unor noțiuni de nutriție adaptate pentru fitness. |
| 7.2 Obiectivele specifice | <p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> Adapteze alimentația practicanțului de fitness la necesitățile organismului. Elaboreze rații alimentare specifice diferitelor forme de activități fizice și individualizate sportivului. Aplice cunoștințele despre acțiunea dinamic specifică a alimentelor la alcătuirea unei rații alimentare. Folosească suplimente legale și administrative judicioase pentru susținerea efortului practicanțului de fitness. |

8. Continut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|------------|--|--------------------------|--|
| 1. | Elemente privind metabolismul energetic și nutriția sportivului. | Prelegere interactivă | 2 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |

| | | | |
|----|---|-----------------------|--|
| 2. | Rolurile proteinelor. | Prelegere interactivă | 2 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 3. | Rolurile glucidelor. | Prelegere interactivă | 2 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 4. | Rolurile lipidelor. | Prelegere interactivă | 2 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 5. | Rolurile vitaminelor. | Prelegere interactivă | 2 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 6. | Acțiunea dinamic specifică a alimentelor și alcătuirea unei rații alimentare. | Prelegere interactivă | 2 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 7. | Suplimente de susținere a efortului fizic. | Prelegere interactivă | 2 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |

Bibliografie

Referințe principale:

- Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness – curs format electronic.
- Hagiu Bogdan-Alexandru. Fiziologie, Editura UAIC, 2020.
- Drosescu Paula. Igiena, Controlul medical în EFS, Editura Tehnpress 2005.

Referințe suplimentare:

- Drosescu Paula. Controlul medical în activitățile motrice, Editura PIM, Iași, 2016.
- Golay Alain. Dieta personalizată, Editura ALL; București, 2007.

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|----------|---|---|--|
| 1 - 4 | Ancheta alimentară- metoda chestionarului. | Discuții tematice, prezentarea de referate. | 8 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 5 - 8 | Calculul rației alimentare a sportivului. Exemplificări. | Discuții tematice, prezentarea de referate. | 8 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 9- 12 | Evaluarea alimentației practicantului de fitness. | Discuții tematice, prezentarea de referate. | 8 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |
| 13 și 14 | Recapitularea noțiunilor de la cursuri și discutarea lor. | Discuții tematice, prezentarea de referate. | 4 ore; Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic. |

Bibliografie

- Hagiu Bogdan-Alexandru. Noțiuni de nutriție în fitness. Curs format electronic.
- Hagiu Bogdan-Alexandru. Fiziologie, Editura UAIC, 2020.
- Drosescu Paula. Igiena, Controlul medical în EFS, Editura Tehnpress 2005.
- Drosescu Paula. Controlul medical în activitățile motrice, Editura PIM, Iași, 2016.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele propuse sunt actuale, nutriția în fitness fiind un element deosebit de important pentru practicarea acestui sport. Însușirea noțiunilor de nutriție în fitness de către studenții masteranzi promite selecția unor antrenori de valoare și contribuia la starea generală de sănătate a populației, precum și la promovarea respectivului sport.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|----------------|--|-------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | Însușirea, cunoașterea, prezentarea și redarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate | Evaluare scrisă | 50% |
| 10.5 Seminar | Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare | Notare curentă | 50% |

10.6 Standard minim de performanță

- Punctajul la evaluarea scrisă trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celelalte note obținute la evaluările curente (activitățile de lucrări practice).
- Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea scrisă și evaluările curente (activitățile de lucrări practice), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,
25.09.2024

Titular de curs,

Titular de seminar,

Data avizării în departament,

Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Bogdan-Constantin Ungurean



FIŞA DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | | | | | |
|---------------------------------------|--|--|--|--|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași | | | | |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport | | | | |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT | | | | |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE | | | | |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat | | | | |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală | | | | |

2. Date despre disciplină

| 2.1 Denumirea disciplinei | Stagiul de practică | | | | |
|---|--------------------------------------|---------------|----|---------------------|-------------------------------|
| 2.2 Titularul activităților de curs | | | | | |
| 2.3 Titularul activităților de lucrări practice | Lect. Univ. Dr. PUNI Alexandru-Rares | | | | |
| 2.4 An de studiu | I | 2.5 Semestrul | II | 2.6 Tip de evaluare | C 2.7 Regimul disciplinei* Ob |

*OB – Obligatoriu / OP – Optional / F – Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|---|----------------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 2 | 3.2 curs | 0 | 3.3 lucrări practice | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 28 | 3.5 curs | 0 | 3.6 lucrări practice | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 20 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 20 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 10 |
| Tutoriat | | | | | 10 |
| Examinări | | | | | 10 |
| Alte activități | | | | | 2 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | 72 |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | 100 |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | 4 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|--|---|
| 5.1 De desfășurare a cursului | |
| 5.2 De desfășurare a lucrărilor practice | Realizarea unui portofoliu, specific activitatilor desfasurate. |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|-------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale |
| | CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală |
| | CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi |
| | CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive |
| | CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților |
| | CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale |
| | CT3.Cordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vârstă, persoane în detenție etc.) |
| | CT4.Diagnoza nevoilor de formare |
| | CT5.Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general | Lucrarile practice își propun o abordare teoretiico-practică a aspectelor legate de managerierea (conducerea) unui centru de fitness, astfel încât să crească gradul de utilitate al acestora, eficiența dar și posibilitatea de a le rentabiliza |
| 7.2 Obiectivele specifice | <p>La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să:</p> <ul style="list-style-type: none"> utilizarea elementelor și noțiunilor (teoretice) de management (organizare) a unui centru de fitness abordare practică a aspectelor legate de organizarea (administrarea) unui centru de fitness, astfel încât să crească gradul de utilitate al acestora, eficiența lor dar și posibilitățile existente de a le rentabiliza îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a managerierii (organizării/administrării) unui centru de fitness. |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|------|-------------------|---|
| 1. | - | - | - |
| 2. | - | - | - |

Bibliografie

| 8.2 | Lucrări practice | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|---|---|---|
| 1. | <ul style="list-style-type: none"> - aspecte teoretice legate de abordarea sistemică în managementul centrului de fitness. Sistemul de management al organizației sportive (centrul de fitness) Subsistemul organizatoric în managementul centrului de fitness. Subsistemul informațional în managementul centrului de fitness. Subsistemul decizional managerial în managementul centrului de fitness. Subsistemul metodologic-managerial în managementul centrului de fitness. Alte viziuni asupra sistemului asociației . | - prezentare de referate și discuții tematice | <ul style="list-style-type: none"> - 2 ore / Burduș, E., Căprărescu, GH., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) <i>Managementul schimbărilor organizaționale</i>, ediția a II-a, edit. Economică, București |
| 2. | <ul style="list-style-type: none"> - argumente pentru o perspectivă managerială modernă în activitatea de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | <ul style="list-style-type: none"> - 2 ore / Burduș, E., Căprărescu, GH., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) <i>Managementul schimbărilor organizaționale</i>, ediția a II-a, edit. Economică, București |

| | | | |
|-----|--|---|---|
| 3. | - aspecte generale ale sălii de fitness. Sala de fitness – model de manageriere. Aspecte particulare ale sălii de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nica P., Iftimescu A., 2004 <i>Management concepte și aplicații</i> , edit. Sedcom Libris, Iași, |
| 4. | - aspecte generale ale sălii de fitness. Sala de fitness – model de manageriere. Aspecte particulare ale sălii de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nica P., Iftimescu A., 2004 <i>Management concepte și aplicații</i> , edit. Sedcom Libris, Iași, |
| 5. | - principii ale managementului organizațiilor sportive Concepte teoretice specifice organizării procesuale Organizarea și administrare; dimensiunile funcției de organizare. Elemente, proceze și faze în cadrul organizării manageriale. Etapele organizării procesuale în managementul activității sportive. | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 6. | - structura administrației pentru un centru de fitness. Determinarea obiectului de activitate al centrului de fitness. Atribuțiile directorului executiv al centrului de fitness. Proiecte elaborate și aplicate pentru realizarea programelor sportive de utilitate public. | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Profiroiu, M., (2014) <i>Managementul organizațiilor publice</i> , edit. Economică București |
| 7. | - importanța unui brand. Ce înseamnă un echipament de calitate. Moda în materie de fitness . Săli de fitness pentru hoteluri. Club independent. Amatori sau profesioniști? Unde și cum se investește în fitness. | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 8. | - elementele de bază ale structurii organizatorice | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 9. | - elementele de bază ale structurii organizatorice | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 10. | - aspecte procesuale și structurale în organizarea și conducerea managerială la nivelul centrului de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Profiroiu, M., (2014) <i>Managementul organizațiilor publice</i> , edit. Economică București |
| 11. | - aspecte procesuale și structurale în organizarea și conducerea managerială la nivelul centrului de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Profiroiu, M., (2014) <i>Managementul organizațiilor publice</i> , edit. Economică București |
| 12. | - activități de marketing în cadrul unei săli de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 13. | - activități de marketing în cadrul unei săli de fitness | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |
| 14. | - proiect managerial al unui centru de fitness (model) | - prezentare de referate și discuții tematice | - 2 ore / Nichifor, F., (curs 2014) <i>Managementul centrelor de fitness</i> , edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi |

Bibliografie

- Burduș, E., Căprărescu, GH., Androniceanu, A., Miles, M. (2003) *Managementul schimbărilor organizaționale*, ediția a II-a, edit. Economică, București
- Nica P., Iftimescu A., 2004 *Management concepte și aplicații*, edit. Sedcom Libris, Iași,
- Nichifor, F., (curs 2014) *Managementul centrelor de fitness*, edit. Universitatii „Al. I. Cuza” Iasi
- Profiroiu, M., (2014) *Managementul organizațiilor publice*, edit. Economică București

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele pentru lucrările practice propuse, sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă conceptele majore relevante privind cadrul legislativ și organizatoric al domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|---|---------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | - | - | - |
| 10.5 Lucrări practice | - | - prezentare (referat / ppt) | 100% |
| 10.6 Standard minim de performanță Prezenta la lucrări practice (80%), prezentarea unui referat tematic | | | |

Data completării,

Titular de curs,

**Titular de lucrări practice,
Lect. Univ. Dr. Alexandru-Rareș PUNI**

Data avizării în departament,

**Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Bogdan-Constantin UNGUREAN**



FISĂ DISCIPLINEI

1. Date despre program

| | |
|---------------------------------------|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCAȚIE FIZICA SI SPORT |
| 1.4 Domeniul de studiu | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală |

2. Date despre disciplină

| | | | |
|--|---|---------------|----|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului | | |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Conf. Univ. Dr. POPESCU Lucian | | |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Conf. Univ. Dr. POPESCU Lucian | | |
| 2.4 An de studiu | I | 2.5 Semestrul | II |

*OB - Obligatoriu / OP - Optional / F - Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|-------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 3 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 2 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 42 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 28 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | |
| Tutoriat | | | | | |
| Examinări | | | | | |
| Alte activități | | | | | |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | 83 |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | 125 |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | 5 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|----------------------------------|---|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sală de curs, calculator și videoproiector |
| 5.2 De desfășurare a seminarului | Sală de seminar, calculator și videoproiector |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|-------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1.Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale |
| | CP2.Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală |
| | CP3.Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi |
| | CP4.Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive |
| | CP5.Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1.Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților |
| | CT2.Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale |
| | CT3.Cordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vârstă, persoane în detenție etc.) |
| | CT4.Diagnoza nevoilor de formare |
| | CT5.Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general | Prezentarea, în sinteză, a documentelor de bază și actelor normative privitoare la domeniul nostru de activitate (Știința sportului și a educației fizice) de la începuturi și până în prezent și cunoașterea concepției și structurilor organizatorice (de drept public și privat) a domeniului educației fizice și sportului pe plan național și internațional |
| 7.2 Obiectivele specifice | La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să aibă următoarele competențe: <ul style="list-style-type: none"> Cunoașterea, interpretarea și înțelegerea strategiilor guvernamentale implementate în domeniul activităților corporale. Însușirea unor abilități în interpretarea caracterului național și internațional al activităților sportive. Însușirea abilităților necesare înțelegerii și transpunerii în practică a politicilor guvernamentale. |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|--|------------------------|--|
| 1. | Familiarizarea cursanților cu politicile care guvernează activitățile corporale | prelegerea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 2. | Termeni legislativi corespunzători domeniului educației fizice și sportului | prelegerea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 3. | Aspecte privind apariția și evoluția formelor de organizare a activității de educație fizică și sport în România | prelegerea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 4. | Considerații generale privind legislația în România | prelegerea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 5. | Legiuirile specifice domeniului educației fizice și sportului și cadrul său organizatoric în România, până în anul 1990 | prelegerea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 6. | Legiuirile specifice domeniului educației fizice și sportului și cadrul său organizatoric în România, după 1990. Legea nr. 69 / 2000 pentru educație fizică și sport | prelegerea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |

| | | | |
|-----|--|-------------------------|--|
| 7. | Structurile organizatorice ale sistemului național de educație fizică și sport din România | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 8. | Resursele umane implicate în domeniul educației fizice și sportului | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 9. | Legitimitatea și legalitatea organizațiilor sportive | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 10. | Particularități privind apariția organizațiilor sportive internaționale | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 11. | Structurile sportive internaționale | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 12. | Particularități organizatorice internaționale: UEFA; FIFA; CIO etc. | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 13. | Reglementări legislative europene în domeniul educației fizice și sportului | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |
| 14. | Alte reglementări de drept public și privat în legătură cu domeniul științelor corporale | prelegherea interactivă | 1 oră Popescu Lucian - <i>Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului</i> , suport de curs (format electronic), 2024 |

Bibliografie

Referințe principale:

- Popescu Lucian - *Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului*, suport de curs (format electronic), 2024.
- Moldovan, Mircea, *Dreptul educației fizice și sportului*, Editura Meteor Press, București, 2015.
- Oltean, Marius, *Legislație în activitatea de educație fizică și sport*, Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2006.
- Pomohaci, Marcel, *Legislație în educație fizică și sport. Elemente de drept*, Editura Alma Mater, Sibiu, 2003.
- Popescu, Lucian, *Educația fizică și sportul în România. Cadru legislativ și organizatoric din perioada contemporană*, teză de doctorat, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, 2007.
- Stroe, Cornelius-Andrei, Barbu, Mihai-Răzvan, *Elemente sociale, legislative și structurale ale sportului în Europa*, Editura Universitară, Craiova, 2007.
- Teodorescu, Simona Anemari, *Legislația educației fizice și sportului*, Editura Fundației România de Mâine, București, 2007.

Referințe suplimentare:

- Hansa, Constantin, Ionomescu, Teodora, *Management educațional și legislație în educație fizică și sport*, Editura Fundației Universității Dunărea de Jos, Galați, 2003.
- Mihăilescu, Nicolae, *Management, marketing, legislație în activitatea sportivă*, Editura Universității, Pitești, 2006.
- Mihăilescu, Nicolae, *Constituirea structurilor sportive*, Editura Universității din Pitești, 2004.
- Todan Ioan, Roibu Teodor, *Management și legislație în Educație Fizică și Sport*, ediția a II-a, Editura Printech, București, 1998
- Todea Septimiu Florian, *Managementul educației fizice și sportului*, Editura Fundației „România de Mâine”, București, 2000.
- Voicu, Alexandru Virgil, *Legislație, management și marketing în educație fizică și sport*, Cluj, 2005.

8.2 Seminar

Metode de

Observații

| | | predare | (ore și referințe bibliografice) |
|-----|---|---|----------------------------------|
| 1. | Legea nr. 69 / 2000 pentru educație fizică și sport | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 2. | Particularități privind sponsorizarea activităților motrice în România | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 3. | Particularități privind sportul și dreptul: rezolvarea conflictelor raportate în domeniul activităților motrice | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 4. | Particularități privind sportul și statul: interdependența dintre stat și structurile aparținând domeniului științelor corporale | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 5. | Vedere retrospectivă asupra apariției și extinderii sporturilor / ramurilor și disciplinelor sportive / jocurilor de echipă | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 6. | Personalitățile implicate în propagarea activităților corporale în România și pe mapamond | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 7. | Particularități organizatorice privind organizarea manifestărilor sportive la nivel național: campionate naționale; cupe naționale pe diferite ramuri sportive etc. | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 8. | Particularități organizatorice privind organizarea manifestărilor sportive la nivel internațional: | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 9. | Jocurile Olimpice de Vară și de Iarnă | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 10. | Particularități organizatorice privind organizarea manifestărilor sportive la nivel internațional: | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 11. | Campionatele Mondiale, Campionatele Europene etc. | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 12. | Particularități privind organizarea unei asociații sportive școlare | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 13. | Reglementări privind protecția socială a sportivilor: indemnizația de merit; renta viageră | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |
| 14. | Reglementări privind prevenirea și combaterea dopajului în sport | prezentare de referate și discuții tematice | 2 ore |

Bibliografie

- Popescu Lucian - *Reglementări organizatorice și legislative în domeniul educației fizice și sportului*, suport de curs (format electronic), 2024.
- Moldovan, Mircea, *Dreptul educației fizice și sportului*. Editura Meteor Press, București, 2015.
- Oltean, Marius, *Legislație în activitatea de educație fizică și sport*. Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2006.
- Pomohaci, Marcel, *Legislație în educație fizică și sport. Elemente de drept*, Editura Alma Mater, Sibiu, 2003.
- Popescu, Lucian, *Educația fizică și sportul în România. Cadru legislativ și organizatoric din perioada contemporană*, teză de doctorat, Universitatea „Alexandru Ioan Cuza” din Iași, 2007.
- Stroe, Corneliu-Andrei, Barbu, Mihai-Răzvan, *Elemente sociale, legislative și structurale ale sportului în Europa*. Editura Universitară, Craiova, 2007.
- Teodorescu, Simona Anemari, *Legislația educației fizice și sportului*, Editura Fundației România de Mâine, București, 2007

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Temele de curs și seminar propuse sunt subiecte de actualitate în cercetarea fundamentală și aplicativă în domeniul Științei Sportului și Educației Fizice, iar abordarea lor în cadrul acestei discipline se bazează pe rezultatele din literatura de specialitate. Totodată, tematica disciplinei acoperă concepțele majore relevante privind cadrul legislativ și organizatoric al domeniului nostru în inserția pe piața muncii și în conformitate cu standardele comunității profesionale

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|---|---|-------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea corectă a conceptelor și noțiunilor specifice domeniului de activitate | Evaluare orală | 50% |
| 10.5 Seminar | Elaborarea, tehnoredactarea și comunicarea de materiale documentare și personale (referate) folosind limbajul specific domeniului de predare Contribuție personală la dezvoltarea domeniului | Notare curentă | 30% |
| 10.6 Standard minim de performanță | | Notare curentă | 20% |
| • Punctajul final calculat (media), reprezintă însumarea rezultatului la evaluarea finală (50%) și evaluările curente (activitățile de seminar – 30% + contribuția personală – 20%), să reprezinte o notă de promovare (minim 5). | | | |

Data completării,
28.09.2024

Titular de curs,
Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU

Titular de seminar,
Conf. Univ. Dr. Lucian POPESCU

Data avizării în departament,

Director de departament,

**FIŞA DISCIPLINEI****1. Date despre program**

| | |
|---------------------------------------|--|
| 1.1 Instituția de învățământ superior | Universitatea "Alexandru Ioan Cuza" din Iași |
| 1.2 Facultatea | Facultatea de Educație Fizică și Sport |
| 1.3 Departamentul | DEPARTAMENTUL DE EDUCATIE FIZICA SI SPORT |
| 1.4 Domeniul de studii | ȘTIINȚA SPORTULUI ȘI EDUCAȚIEI FIZICE |
| 1.5 Ciclul de studii | Masterat |
| 1.6 Programul de studii / Calificarea | Fitness și estetică corporală |

2. Date despre disciplină

| | |
|--|--|
| 2.1 Denumirea disciplinei | Sporturi adaptate |
| 2.2 Titularul activităților de curs | Prof. Ștefancu Daniel |
| 2.3 Titularul activităților de seminar | Prof. Ștefancu Daniel |
| 2.4 An de studiu I 2.5 Semestrul | II 2.6 Tip de evaluare C 2.7 Regimul disciplinei* Op |

*OB – Obligatoriu / OP – Optional / F – Facultativ

3. Timpul total estimat (ore pe semestru și activități didactice)

| | | | | | |
|--|----|----------|----|-------------|-----|
| 3.1 Număr de ore pe săptămână | 2 | 3.2 curs | 1 | 3.3 seminar | 1 |
| 3.4 Total ore din planul de învățământ | 28 | 3.5 curs | 14 | 3.6 seminar | 14 |
| Distribuția fondului de timp | | | | | ore |
| Studiu după manual, suport de curs, bibliografie și altele | | | | | 30 |
| Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren | | | | | 20 |
| Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri | | | | | 10 |
| Tutoriat | | | | | 8 |
| Examinări | | | | | 2 |
| Alte activități | | | | | 2 |
| 3.7 Total ore studiu individual | | | | | 72 |
| 3.8 Total ore pe semestru | | | | | 100 |
| 3.9 Numărul de credite | | | | | 4 |

4. Precondiții (dacă este cazul)

| | |
|-------------------|---------------|
| 4.1 De curriculum | Nu este cazul |
| 4.2 De competențe | Nu este cazul |

5. Condiții (dacă este cazul)

| | |
|----------------------------------|---|
| 5.1 De desfășurare a cursului | Sală cu minimum 50 de locuri dotată cu videoproiector/tablă interactivă |
| 5.2 De desfășurare a seminarului | Sală cu minimum 50 de locuri dotată cu videoproiector/tablă interactivă |

6. Competențe specifice acumulate

| | |
|--------------------------------|---|
| Competențe profesionale | CP1. Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specifice fitness-ului și esteticii corporale CP2. Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru aplicarea și interpretarea situațiilor nou apărute în modelarea corporală CP3. Utilizarea integrată a aparatului conceptual și metodologic, în condiții de informare completă, pentru a rezolva situații teoretice și practice noi CP4. Utilizarea eficientă a metodelor de evaluare, pentru a emite ipoteze de valoare privind fundamentarea deciziilor constructive CP5. Elaborarea proiectelor profesionale și de cercetare cu utilizarea metodelor calitative și cantitative specifice metodologiei cercetării |
| Competențe transversale | CT1. Realizarea programelor de modelare corporală privind nevoile practicanților CT2. Asumarea rolurilor de conducere a grupurilor profesionale CT3. Coordonarea activităților destinate grupurilor cu nevoi specifice (persoane în vîrstă, persoane în detenție etc.) CT4. Diagnoza nevoilor de formare CT5. Autocontrolul procesului de învățare |

7. Obiectivele disciplinei (din grila competențelor specifice acumulate)

| | |
|----------------------------------|--|
| 7.1 Obiectivul general | Însușirea noțiunilor generale privind activitatea sportului adaptat, cadrul în care trebuie să se desfășoare întregul proces, cu elementele sale de conținut, structură și forme de organizare. |
| | La finalizarea cu succes a acestei discipline, studenții vor fi capabili să: |
| 7.2 Obiectivele specifice | <ul style="list-style-type: none"> • Înțeleagă problematica persoanelor cu cerințe educaționale speciale • Cunoască principiile didactice adaptate instruirii persoanelor cu cerințe educative speciale • Realizează un program de educație fizică și sport adaptat • Cunoască cadrul instituțional, organismele naționale și internaționale care reglementează activitatea sporturilor pentru persoanele cu dizabilități. |

8. Conținut

| 8.1 | Curs | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|------------|--|--|---|
| 1. | Noțiuni generale privind activitatea sportivă a persoanelor cu cerințe educaționale speciale | Prelegeri interactive, explicația, vizionare materiale suport etc. | 2 ore Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educaie fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004 Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016 |
| 2. | Clasificarea afecțiunilor conform legislației internaționale | Prelegeri interactive, explicația, vizionare materiale suport etc. | 2 ore Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educaie fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004 •Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016 |
| 3. | Problematica persoanelor cu cerințe educaționale speciale, cerințele și organizarea educației speciale | Prelegeri interactive, explicația, vizionare materiale suport etc. | 2 ore Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educaie fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004 •Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016 |
| 4. | Principiile didactice adaptate instruirii | Prelegeri interactive, explicația, | 2 ore |

| | | | |
|----|--|--|---|
| | persoanelor ce cerințe educative speciale | vizionare materiale suport etc. | Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educaie fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004 •Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016 |
| 5. | Activitatea sportivă a persoanelor cu dizabilități în funcție de deficiență | Prelegeri interactive, explicația, vizionare materiale suport etc. | 2 ore Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educaie fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004 •Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016 |
| 6. | Educația fizică și sportul adaptat pentru persoanele cu deficiență mintală. Etapele alcătuirii unui program de educație fizică și sport adaptat. | Prelegeri interactive, explicația, vizionare materiale suport etc. | 2 ore Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educaie fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004 •Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016 |
| 7. | Special Olympics. Programe Special Olympics. Sporturi și regulamente Special Olympics | Prelegeri interactive, explicația, vizionare materiale suport etc. | 2 ore Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educaie fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004 •Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016 |

Bibliografie

| 8.2 | Seminar | Metode de predare | Observații (ore și referințe bibliografice) |
|-----|--|---|--|
| 1. | Categorii de afecțiuni, deficiențe tulburări structurale și funcționale ale organismului | prezentare de referate și discuții tematice | 2 Ore Barna.C - <i>Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat</i> . Editura Universității Transilvania din Brașov 2008 Dragnea, A. și colab., - Ghid metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001 |
| 2. | Evaluarea persoanelor cu cerințe educaționale speciale. Metodologia evaluării. | prezentare de referate și discuții tematice | 2 Ore Barna.C - <i>Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat</i> . Editura Universității Transilvania din Brașov 2008 Dragnea, A. și colab., - Ghid metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001 |
| 3. | Repere ale integrării și incluziunii școlare pentru elevii cu cerințe educaționale speciale. Rolul profesorului de educație fizică adaptată. | prezentare de referate și discuții tematice | 2 Ore Barna.C - <i>Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat</i> . Editura Universității Transilvania din Brașov 2008 Dragnea, A. și colab., - Ghid |

| | | | |
|----|---|---|---|
| | | | metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001 |
| 4. | Obiectivele educației fizice și sportului adaptat. Principii didactice adaptate instruirii persoanelor cu cerințe educative speciale. | prezentare de referate și discuții tematice | 2 Ore Barna.C - <i>Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat</i> . Editura Universității Transilvania din Brașov 2008 Dragnea, A. și colab., - Ghid metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001 |
| 5. | Proiectarea curriculară, act pedagogic semnificativ al procesului instructiv-educativ | prezentare de referate și discuții tematice | 2 Ore Barna.C - <i>Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat</i> . Editura Universității Transilvania din Brașov 2008 Dragnea, A. și colab., - Ghid metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001 |
| 6. | Organisme naționale și internaționale: FRSPH, Comitetul Național Paralimpic, Fundația SOR, IFAPA. | prezentare de referate și discuții tematice | 2 Ore Barna.C - <i>Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat</i> . Editura Universității Transilvania din Brașov 2008 Dragnea, A. și colab., - Ghid metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001 |
| 7. | Sporturi și activități sportive necompetiționale pentru persoanele cu dizabilități. | prezentare de referate și discuții tematice | 2 Ore Barna.C - <i>Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat</i> . Editura Universității Transilvania din Brașov 2008 Dragnea, A. și colab., - Ghid metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001 |

Bibliografie:

- Carmen Barna. Metodica Educației Fizice și a Sportului Adaptat. Editura Universității Transilvania din Brașov 2008
- Dragnea, A. și colab., - Ghid metodologic pentru organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la copiii instituționalizați (7 - 14 ani). Programe și aplicații, București, 2001
- Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., - „Educație fizică și sport adaptat”, Ed. Semne, București, 2004
- Ungurean B.C. - “Activități motrice adaptate”, Editura Pim, Iași, 2016
- <http://www.specialolympics.ro>
- Marcu, V., - Activități fizice adaptate, Editura Universitară, Craiova, 2007.
- Marcu, V., Dan, M., - Sport pentru persoane cu handicap, Editura Triest, Oradea 2002.
- Neagoe, M., - Disabilitate și sănătate. Modele ale disabilității, Editura Semne, București, 2003.

9. Coroborarea conținutului disciplinei cu așteptările reprezentanților comunității, asociațiilor profesionale și angajatorilor reprezentativi din domeniul aferent programului

Continutul disciplinei contribuie la dezvoltarea profesională a viitorilor absolvenți, ca atare, contribuie la inserarea acestora pe piața muncii și încadrarea acestora în cerințele actuale ale eventualilor angajatori.

10. Evaluare

| Tip activitate | 10.1 Criterii de evaluare | 10.2 Metode de evaluare | 10.3 Pondere în nota finală (%) |
|----------------|--|-------------------------|---------------------------------|
| 10.4 Curs | Însușirea, cunoașterea, prezentarea și explicarea noțiunilor specifice domeniului | Evaluare orală | 50% din nota finală |
| 10.5 Seminar | Elaborarea, tehnoredactarea și prezentarea de materiale conform temelor alese folosind limbajul specific domeniului. | Notare curentă | 50% din nota finală |

10.6 Standard minim de performanță

- Punctajul la evaluarea orală trebuie să reprezinte o notă de promovare (minim 5) indiferent de celealte note obținute la evaluările curente (activitățile de seminar).
- Punctajul final calculat (media), prin însumarea rezultatului la evaluarea orală și evaluările curente (activitățile de seminar), să reprezinte o notă de promovare (minim 5).

Data completării,

25.09.2024

Data avizării în departament,

27.09.2024

**Titular de curs,
Prof. Ștefancu Daniel**

**Director de departament,
Conf. Univ. Dr. Ungurean Bogdan-Constantin**

**Titular de seminar,
Prof. Ștefancu Daniel**

