



FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1. Instituția de învățământ superior	UNIVERSITATEA HYPERION BUCUREȘTI
1.2. Facultatea	ȘTIINȚE ECONOMICE
1.3. Departamentul	ȘTIINȚE ECONOMICE
1.4. Domeniul de studii	FINANȚE
1.5. Ciclul de studii	LICENȚĂ
1.6. Programul de studii/Calificarea	FINANȚE ȘI BĂNCI/ECONOMIST
1.7. Limba de studiu	Română

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei	EDUCAȚIE FIZICĂ						
2.2 Titularul/titularii activităților de curs						Email (adresa instituțională):	
2.3 Titularul/titularii activităților de seminar	Conf. univ. dr. Margareta Anton					Email (adresa instituțională):	
2.4. Anul de studiu	II	2.5. Semestrul	I	2.6. Tipul de evaluare	Sumativă V	2.7. Regimul disciplinei	FACULTATIVĂ F
2.8. Numărul de credite ECTS	2						

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

3.1. Număr de ore pe săptămână	2	din care:	-	3.3. seminar/laborator	2
3.2. curs					
3.4. Total ore din planul de învățământ	28	din care:	-	3.6. seminar/laborator	28
3.5. curs					
3.7. Total ore de studiu pe semestru (număr ECTS * 25 ore)					50
3.8. Total ore studiu individual (3.7. – 3.4.)					22
<i>Distribuția fondului de timp de studiu individual</i>					<i>ore</i>
Studiul după manual, suport de curs, bibliografie și notițe					2
Documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren					8
Pregătire seminarii/laboratoare, teme, referate, portofolii și eseuri					-
Tutoriat					10
Examinări					2
Alte activități.....					-

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1. de curriculum	• NU ESTE CAZUL
4.2. de competențe	• NU ESTE CAZUL

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1. de desfășurare a cursului	
5.2. de desfășurare a	Sala de sport a Liceului Teoretic Hyperion și terenul pentru





seminarului/laboratorului

sporturi de echipă.

6. Competențele specifice acumulate

Profesionale	
Transversale	CT1. Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă;

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

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">Educarea studenților pentru mișcare, dobândirea de cunoștințe despre modul în care se practică exercițiul fizic.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">Informarea și conștientizarea studenților despre rolul și locul Educației Fizice și Sportului în învățământul superior.Deprinderea unui mod de viață echilibrat, în care mișcarea alături de alimentație are un rol foarte important.Deprinderea unor elemente și procedee tehnico-tactice din jocurile sportive pentru satisfacerea nevoilor de mișcare în mod plăcut și recreativ.

8. Conținuturi

8.1. Curs	Metode de predare	de	Recomandări pentru studenți
8.2. Seminar/laborator	Metode de lucru		Recomandări pentru studenți
Înșușirea de cunoștințe privind regimul de viață igienic, influența practicării exercițiilor fizice asupra organismului, precum și cunoștințe privind prevenirea unor accidente.	Prezentare/explicare		Seriozitate, interes, participare efectivă
Înșușirea de cunoștințe teoretice și de regulament legate de disciplina sportivă.	Prezentare/explicare		Idem
Înșușirea unei pregătiri fizice adecvate.	Prezentare/explicare		Încălzirea corespunzătoare a principalelor grupe de mușchi





	Activități pe grupe	anterior antrenamentelor și evitarea suprasolicităților
Jocuri sportive – volei.	Activități pe grupe	Idem
Jocuri sportive – fotbal.	Activități pe grupe	Idem

Bibliografie de elaborare a cursului:

1. Axente, M., Ilie, A., *Ghid pentru Educație Fizică*, Editura Diana, București, 2011

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

Crearea unui stil de viață sănătos, orientat spre alimentație sănătoasă, mișcare și tonifiere musculară. Actualizarea informațiilor semnificative despre practica din domeniu. Practica acestei discipline este în concordanță cu practicile din alte centre universitare din țară și din străinătate aliniată de altfel la nivelul comunităților academice europene.

10. Evaluare

Tip activitate	10.1. Criterii de evaluare	10.2. Metode de evaluare	10.3. Pondere din nota finală
10.4. Curs			
10.5. Seminar/ laborator	Prezența și participarea activă la orele de educație fizică	Media notelor acordate la orele de educație fizică	50%
10.6. Evaluarea finală	Performanța sportivă, rezistența fizică și însușirea noțiunilor teoretice	Verificare	50%

10.7. Modalitatea de notare (calificativ sau notă): note de la 1-10

10.8. Standard minim de performanță:

Îndeplinirea a minim 50% din cerințele activității de evaluare.

Data completării

.....

Semnătura titularului/titularilor
de curs

.....

Semnătura titularului/titularilor
de seminar

.....

Data avizării în departament

.....

Semnătura directorului de departament

.....

