

Programul de studii: **Inginerie si Management în Alimentatia Publica si Agroturism**

ANEXA B2-IFR

Disciplina: EDUCATIE FIZICA

Anul de studii: I

Grupa: 1.1 subgrupa 1.1 b

Semestrul: 2

CALENDARUL DISCIPLINEI

Peri- oada	Săptă- mâna	Seminar față în față (SF)		Seminar în sistem tutorat (ST)		Laborator (L)		Proiect (P)		EVALUĂRI	
		Tematica abordată	Nr. ore	Teme de control	Termen de predare/ nr.ore	Lucrare de laborator	Nr. ore	Tematica abordată	Nr. ore	Data	Forma (E/C/v/V)
Pregătire curentă	1										
	2					1. Elemente ale creșterii și dezvoltării fizice armonioase; ❖ Postura corectă, ❖ Atitudini deficient, ❖ Exerciții de prelucrare selectivă a aparatului locomotor, Complexe de dezvoltare fizică.	2				
	3										
	4					2. Complexe de „încălzire” concepute pentru desfășurarea activității motrice în interior, în aer liber,	2				

						<p>pe timp răcoros și calduros ;</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Exerciții de educare a actului respirator, ❖ Activități practice desfășurate în condiții variate de mediu, ❖ Măsuri de relaxare și de revenire după efort, ❖ Măsuri de igienă personală înainte și după efort, <p>- Calități și deprinderi motrice în funcție de solicitările profesiei/meseriei ;</p> <p>Viteza/ Capacități coordinative/ Rezistența,</p>					
	5										
	6					3 Calități și deprinderi motrice în funcție de solicitările	2				

						profesiei/meseriei ; Viteza/ Capacități coordinative/ Rezistența,					
	7										
	8					4. Discipline sportive; ❖ Procedee tehnice de atac, ❖ Procedee tehnice de apărare, ❖ Acțiuni tactice de atac, ❖ Acțiuni tactice de apărare, ❖ Structuri tehnico-tactice, ❖ Joc bilateral, Regulamentul de joc.	2				
	9										
	10					5. Discipline sportive; ❖ Procedee tehnice de atac, ❖ Procedee tehnice de apărare, ❖ Acțiuni tactice de atac, ❖ Acțiuni tactice de apărare, ❖ Structuri tehnico-tactice, ❖ Joc bilateral, Regulamentul de joc.	2				
	11										

	12					6. Discipline sportive; ❖ Procedee tehnice de atac, ❖ Procedee tehnice de apărare, ❖ Acțiuni tactice de atac, ❖ Acțiuni tactice de apărare, ❖ Structuri tehnico-tactice, ❖ Joc bilateral, Regulamentul de joc.	2				
	13										
	14					Verificarea cunostintelor	2			23.05	V
Sesiune examene	1										
	2									2.06	C
	3									1.09-12.09	V
	4										

Legendă: E – examen, C – colocviu, V – verificare pe parcurs

Coordonator de disciplină,
Lector univ. dr. Stoian Remus

Cadru didactic activități aplicative,
Lector univ. dr. Stoian Remus