

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

1.1 Instituția de învățământ superior	Universitatea Politehnica Timișoara
1.2 Facultatea ¹ / Departamentul ²	Facultatea de Chimie Industrială și Ingineria Mediului/ Chimie Aplicată și Ingineria Compușilor Anorganici și a Mediului
1.4 Domeniul de studii (denumire/cod ³)	Inginerie chimică/10.30.20.50
1.5 Ciclul de studii	Licență
1.6 Programul de studii (denumire/cod/calificarea)	Ingineria și informatica proceselor chimice și biochimice / 10.30.50.50 / expert inginer chimist

2. Date despre disciplină

2.1 Denumirea disciplinei/Categoria formativă ⁴	Educație fizică și sport I/DC						
2.2 Titularul activităților de curs							
2.3 Titularul activităților aplicative ⁵	Lector dr. Daniel CHIRILĂ						
2.4 Anul de studii ⁶	I- II	2.5 Semestrul	1- 4	2.6 Tipul de evaluare	D	2.7 Regimul disciplinei ⁷	DI

3. Timp total estimat - ore pe semestru: activități didactice directe (asistate integral sau asistate parțial) și activități de pregătire individuală (neasistate) ⁸

3.1 Număr de ore asistate integral/săptămână	1 , format din:	3.2 ore curs	0	3.3 ore seminar/laborator/proiect	1
3.1* Număr total de ore asistate integral/sem.	14 , format din:	3.2* ore curs	0	3.3* ore seminar/laborator/proiect	14
3.4 Număr de ore asistate parțial/săptămână	, format din:	3.5 ore practică		3.6 ore elaborare proiect de diplomă	
3.4* Număr total de ore asistate parțial/semestru	, format din:	3.5* ore practică		3.6* ore elaborare proiect de diplomă	
3.7 Număr de ore activități neasistate/săptămână	2.57 , format din:	ore documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren			
		ore studiu individual după manual, suport de curs, bibliografie și notițe			
		ore pregătire seminarii/laboratoare, elaborare teme de casă și referate, portofolii și eseuri			
3.7* Număr total de ore activități neasistate/semestru	36 , format din:	ore documentare suplimentară în bibliotecă, pe platformele electronice de specialitate și pe teren			
		ore studiu individual după manual, suport de curs, bibliografie și notițe			
		ore pregătire seminarii/laboratoare, elaborare teme de casă și referate, portofolii și eseuri			
3.8 Total ore/săptămână ⁹	3.57				
3.8* Total ore/semestru	50				
3.9 Număr de credite	2				

¹ Se înscrie numele facultății care gestionează programul de studiu căruia îi aparține disciplina.

² Se înscrie numele departamentului căruia i-a fost încredințată susținerea disciplinei și de care aparține titularul cursului.

³ Se înscrie codul prevăzut în HG – privind aprobarea Nomenclatorului domeniilor și al specializărilor/programelor de studii, actualizată anual.

⁴ Disciplina se încadrează potrivit planului de învățământ în una dintre următoarele categorii formative: disciplină fundamentală (DF), disciplină de domeniu (DD), disciplină de specialitate (DS) sau disciplină complementară (DC).

⁵ Prin activități aplicative se înțeleg activitățile de: seminar (S) / laborator (L) / proiect (P) / practică (Pr).

⁶ Anul de studii în care este prevăzută disciplina în planul de învățământ.

⁷ Disciplina poate avea unul din următoarele regimuri: disciplină impusă (DI) sau disciplină obligatorie (DOb)-pentru alte domenii fundamentale de studii oferite de UPT, disciplină opțională (DO) sau disciplină facultativă (Df).

⁸ Numărul de ore de la rubricile 3.1*, 3.2*, ..., 3.8* se obțin prin înmulțirea cu 14 (săptămâni) a numărului de ore din rubricile 3.1, 3.2, ..., 3.8. Informațiile din rubricile 3.1, 3.4 și 3.7 sunt chei de verificare folosite de ARACIS sub forma: (3.1)+(3.4) ≥ 28 ore/săpt. și (3.8) ≤ 40 ore/săpt.

⁹ Numărul total de ore / săptămână se obține prin însumarea numărului de ore de la punctele 3.1, 3.4 și 3.7.

4. Precondiții (acolo unde este cazul)

4.1 de curriculum	•
4.2 de competențe	•

5. Condiții (acolo unde este cazul)

5.1 de desfășurare a cursului	•
5.2 de desfășurare a activităților practice	• Terenurile de sport ale universitatii: sala de sport, sala de fitness, pista atletism

6. Competențe la formarea cărora contribuie disciplina

Competențe specifice	<ol style="list-style-type: none">1. Cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare<ul style="list-style-type: none">- încurajarea gândirii independente- acumularea de experiențe motrice- dezvoltarea inteligenței motrice prin adaptare la anumite situații noi.2. Competențe instrumental-aplicative:<ul style="list-style-type: none">- practicarea activității sportive într-un program eficient- dezvoltarea capacității motrice generale și a celei specifice ramurilor de sport- programe individuale- programe de masă (sportul pentru toți)3. Competențe atitudinale:<ul style="list-style-type: none">- cultivarea respectului față de celălalt- dezvoltarea trăsăturilor de personalitate favorabile integrării sociale- învingerea prejudecăților- obținerea succesului de grup- practicarea independentă a ramurii de sport preferate.
Competențele profesionale în care se înscriu competențele specifice	<p>Descrierea, analiza și utilizarea conceptelor și teoriilor fundamentale din domeniul științelor ingineresti</p> <p>Descrierea, analiza și utilizarea conceptelor și teoriilor fundamentale din domeniul chimiei, ingineriei chimice și al aplicării instrumentelor informatice moderne</p> <p>Exploatarea proceselor și instalațiilor cu aplicarea cunoștințelor din domeniul ingineriei chimice utilizând sistemele informatice specifice și proiectarea asistată de calculator</p> <p>Descrierea, analiza și utilizarea noțiunilor de structură și reactivitate ale compușilor chimici utilizând sistemele informatice specifice, precum și a bazelor de date chimice și biochimice</p> <p>Exploatarea asistată de calculator a echipamentelor și metodelor de analiză și caracterizare specifice produselor chimic</p> <p>Evaluarea metodelor și practicilor elementare de management, marketing și antreprenoriat.</p>
Competențele transversale în care se înscriu competențele specifice	<ul style="list-style-type: none">• Executarea sarcinilor profesionale conform cerințelor precizate și în termenele impuse, cu respectarea normelor de etică profesională și de conduită morală, urmând un plan de lucru prestabilit și cu îndrumare calificată• Executarea sarcinilor profesionale conform cerințelor precizate și în termenele impuse, cu respectarea normelor de etică profesională și de conduită morală, nivelurile subordonate• Informarea și documentarea permanentă în domeniul său de activitate în limba română și într-o limbă de circulație internațională, cu utilizarea metodelor moderne de informare și comunicare.

7. Obiectivele disciplinei (asociate competențelor de la punctul 6)

7.1 Obiectivul general al disciplinei	<ul style="list-style-type: none">• Îmbinarea armonioasă a activității intelectuale cu activitatea fizică;• acomodarea pentru practicarea sistematică în mod independent a exercițiului fizic;• contribuție activă la fenomenul de socializare în rândul studenților prin participarea la competiții studentești;• formarea unor deprinderi de disciplină, punctualitate, corectitudine;• comunicare și lucrul în echipă.
7.2 Obiectivele specifice	<ul style="list-style-type: none">• Prin practicarea exercitiilor fizice studentii vor reusi sa indeplineasca sarcini specifice sporturilor agreate in cadrul disciplinei,

	<ul style="list-style-type: none"> • Sa dea dovada de spirit de echipa in realizarea obiectivelor disciplinei si sa fie pregatiti sa execute exercitiile de dezvoltare a calitatilor motrice de viteza, rezistenta, forta si indemanare.
--	---

8. Conținuturi¹⁰

8.1 Curs	Număr de ore	Metode de predare ¹¹
<ul style="list-style-type: none"> • Bibliografie¹² Chirilă Mariana – Pașaport pentru performanța sportivă, Editura Politehnica, Timișoara, 2009; • Chirilă Mariana – Atletism – Alergări, Editura Politehnica, 1999; • Chirila Daniel - Jogging pe intelesul tuturor, Editura Politehnica, 2012; • Chirila Daniel, Ionescu Dan – Lucrari practice – Jogging, Editura Politehnica, 2016 • Ionescu, D. – Stretching – Îndrumător de lucrări practice. Pentru uzul studenților, 2000; • Ionescu, D. – Baschet – curs de bază, Editura Augusta, Timișoara, 2003; • Ionescu, D., Bachner, L. – Baschet – tehnica, tactica și metodică jocului, Editura Politehnica, Timișoara, 2003; • Ionescu, D., Turcu, C. – Psihologia sportului – Compendiu, Editura Politehnica, Timișoara, 2004. 		
8.2 Activități aplicative ¹³	Număr de ore	Metode de predare
- Cerințele disciplinei și criteriile de promovare - Prezentarea modalităților de acționare pentru dezvoltarea calităților motrice	1	conversația, explicația, demonstrația, indicația.
Testarea cunoștințelor dobândite, a priceperilor și deprinderilor motrice	1	
- Dezvoltarea capacității motrice generale, educarea ținutei corecte prin lecțiile de jogging și fitness - Dezvoltarea coordonării, prelucrarea selectivă și analitică a segmentelor corpului și tonifierea musculaturii prin exercițiile de jogging și fitness - Teste de evaluare a calităților dobândite	8	
- Însușirea principalelor noțiuni de regulament în vederea practicării în mod organizat a fitnessului - Învățarea procedeelor tehnice de bază în vederea susținerii unui concurs de atletism - Învățarea și repetarea unor complexe tehnice specifice fitnessului și joggingului - Perfecționarea unor combinații și circuite în vederea perfecționării fitnessului	4	

¹⁰ Se detaliază toate activitățile didactice prevăzute prin planul de învățământ (tematicile prelegerilor și ale seminariilor, lista lucrărilor de laborator, conținuturile etapelor de elaborare a proiectelor, tematica fiecărui stagiul de practică). Titlurile lucrărilor de laborator care se efectuează pe standuri vor fi însoțite de notația „(*)”.

¹¹ Prezentarea metodelor de predare va include și folosirea noilor tehnologii (e-mail, pagină personalizată de web, resurse în format electronic etc.).

¹² Cel puțin un un titlu trebuie să aparțină colectivului disciplinei iar cel puțin un titlu trebuie să se refere la o lucrare de referință pentru disciplină, de circulație națională și internațională, existentă în biblioteca UPT.

¹³ Tipurile de activități aplicative sunt cele precizate în nota de subsol 5. Dacă disciplina conține mai multe tipuri de activități aplicative atunci ele se trec consecutiv în liniile tabelului de mai jos. Tipul activității se va înscrie într-o linie distinctă sub forma: „Seminar:”, „Laborator:”, „Proiect:” și/sau „Practică:”.

<ul style="list-style-type: none"> • Bibliografie¹⁴ Chirilă Mariana – Pașaport pentru performanța sportivă, Editura Politehnica, Timișoara, 2009; • Chirilă Mariana – Atletism – Alergări, Editura Politehnica, 1999; • Chirila Daniel - Jogging pe intelesul tuturor, Editura Politehnica, 2012; • Chirila Daniel, Ionescu Dan – Lucrari practice – Jogging, Editura Politehnica, 2016 • Marcu, V., Alexandru, M. – Docimologia specifică activităților motrice, Editura Universității din Oradea, 2005; • Ionescu, D. – Stretching – Îndrumător de lucrări practice. Pentru uzul studenților, 200; • Ionescu, D. – Baschet – curs de bază, Editura Augusta, Timișoara, 2003; • Ionescu, D., Bachner, L. – Baschet – tehnica, tactica și metodică jocului, Editura Politehnica, Timișoara, 2003; • Ionescu, D., Turcu, C. – Psihologia sportului – Compendiu, Editura Politehnica, Timișoara, 2004. 		

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

•

10. Evaluare

Tip activitate	10.1 Criterii de evaluare ¹⁵	10.2 Metode de evaluare	10.3 Pondere din nota finală
10.4 Curs			
10.5 Activități aplicative	S:		
	L: Norme de control/evaluare sumativa	Probe de control care evaluează aptitudinile motrice ale studentului la începutul și sfârșitul fiecărui semestru : anduranța/rezistența, testul COOPER 12 min. alergare; viteză – alergare 50 m fete, 60 m băieți; mobilitate articulară/suplețe musculară; echilibru – testul Ozeresky; forță musculară (flotări, abdomene, genoflexiuni).	50/50
	P ¹⁶ :		
	Pr:		
10.6 Standard minim de performanță (se prezintă cunoștințele minim necesare pentru promovarea disciplinei și modul în care se verifică stăpânirea lor¹⁷)			
• CALIFICATIVE: ADMIS/RESPINS			

Data completării

24.05.2022

**Titular de curs
(semnătura)**

Conf. Chirilă Daniel

**Titular activități aplicative
(semnătura)**

Conf. Chirilă Daniel

**Director de departament
(semnătura)**

Ș.I. Dr. ing. Mircea Dan

**Data avizării în Consiliul
Facultății¹⁸**

14.12.2022

**Decan
(semnătura)**

Conf. Dr. ing. Medeleanu Mihai

¹⁴ Cel puțin un titlu trebuie să aparțină colectivului disciplinei.

¹⁵ Fișele disciplinelor trebuie să conțină procedura de evaluare a disciplinei cu precizarea criteriilor, a metodelor și a formelor de evaluare, precum și cu precizarea ponderilor atribuite acestora în nota finală. Criteriile de evaluare se formulează în mod distinct pentru fiecare activitate prevăzută în planul de învățământ (curs, seminar, laborator, proiect). Ele se vor referi și la formele de verificare pe parcurs (teme de casă, referate ș.a.)

¹⁶ În cazul când proiectul nu este o disciplină distinctă, în această rubrică se va preciza și modul în care rezultatul evaluării proiectului condiționează admiterea studentului la evaluarea finală din cadrul disciplinei.

¹⁷ Nu se va explica cum se acorda nota de promovare.

¹⁸ Avizarea este precedată de discutarea punctului de vedere al board-ului de care aparține programul de studii cu privire la fișa disciplinei.

