

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



CATALOGUL CURSURILOR

PROGRAMELOR DE STUDII SUPERIOARE DE LICENȚĂ

CHIȘINĂU 2022

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



**PROGRAMUL DE STUDII
0114.16 EDUCAȚIE FIZICĂ
Ciclul I (Licență), 180 credite**

CATALOGUL CURSURILOR

**în conformitate cu planul de învățământ aprobat de ME din 26 iulie 2017,
număr de înregistrare 18158**



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Anatomia și morfologia sportivă					
Titularul cursului		Moroșan Ion/Dorgan Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.01.O.01	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F - componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	60	-	90	
Nota de prezentare	<p>„Anatomia și morfologia sportivă” este destinat formării profesionale a studenților din cadrul facultății de Pedagogie, specialitatea Educație Fizică, Dans sportiv și modern.</p> <p>Anatomia, fiind o ramură a biologiei, este în același timp și cea mai veche dintre științele fundamentale ale învățământului medical fără de care nu poate fi conceput studiul organismului ființei umane în normă, în dezvoltarea sa ontogenetică, precum și modificările marfo-funcționale ce au loc în urma efortului fizic. Anatomia este știința ce studiază forma și structura organismului uman în filo - și ontogeneză și modificările condiționate de interacțiunea cu mediul extern, cu mediul de trai, ținând cont de vârstă, sex și particularitățile individuale ale organismului. Anatomia, ca ramură a biologiei, este știința despre substratul material al vieții și sănătății. Obiectul de cercetare al anatomiei este organismul omului.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniu.</p>						
	Competențe profesionale: <i>1. Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale anatomiei; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale anatomiei ce se adresează educației fizice:</i> <ul style="list-style-type: none">• Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale structurilor morfologice ale organismului uman, cu aplicare în înțelegerea și cunoașterea metodelor și tehnicilor de activitate fizică;						

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> - cunoștințe generale de bază; - cunoștințe de bază necesare specialității de educație fizică; - capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite; <p>2. <i>Utilizarea (Integrare)</i> cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicare și interpretare (explicarea și înțelegerea unor structuri anatomice, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale anatomiei); • Definierea termenilor de specialitate și formarea unui limbaj specific adecvat domeniului; • Identificarea nivelurilor de organizare structurală și funcțională a organismului și a conexiunilor dintre ele; • Cunoașterea topografiei și a raporturilor dintre diferite organe și sisteme de organe în ansamblul organismului; • Descrierea componentelor aparatului locomotor, a modului de alcătuire și a funcțiilor îndeplinite. <p>3. <i>Instrumental – aplicative (proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare în domeniul anatomiei):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - capacitatea de organizare și planificare; - capacitatea de evaluare și autoevaluare; - abilități de cercetare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>1. <i>Autonomie și responsabilitate:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • dobândirea de repere morale, formarea unor atitudini profesionale și civice, care să permită studenților să fie corecți, onești, neconflictuali, cooperanți, înțelegători în fața suferinței, disponibili să ajute oamenii, interesați de dezvoltarea comunității; • să cunoască, să respecte și să contribuie la dezvoltarea valorilor morale și a eticii profesionale; • să învețe să recunoască o problemă atunci când se ivește și să ofere soluții responsabile pentru rezolvarea ei. <p>2. <i>Interacțiune socială:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să recunoască și să aibă respect pentru diversitate și multiculturalitate; • să aibă sau să învețe să-și dezvolte abilitățile de lucru în echipă; • să comunice oral și în scris cerințele, modalitatea de lucru, rezultatele obținute, să se consulte cu echipa; <p>3. <i>Dezvoltare personală și profesională:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să aibă deschiderea către învățarea pe tot parcursul vieții; • să conștientizeze necesitatea studiului individual ca bază a autonomiei personale și a dezvoltării profesionale; • să valorifice optim și creativ propriul potențial în activitățile colective; • să știe să utilizeze tehnologia informației și comunicării.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <p>Cursul <i>Anatomia și morfologia sportivă</i> are menirea de a asigura dobândirea de către studenți a unor cunoștințe fundamentale despre viscere, cavitățile corpului și morfologia funcțională a principalelor sisteme de organe.</p> <p>A. <i>Cunoștințe.</i> Studentul va cunoaște:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice privind topografia și morfologia organelor interne ale organismului uman; • Formarea bazei teoretice pentru însușirea ulterioară a disciplinelor medico-biologice (fiziologia, biomecanica etc.). <p>B. <i>Capacități.</i> Studentul va performa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea deprinderilor de a folosi cunoștințele din domeniul anatomiei și morfologiei sportive în activitatea practică. <p>C. <i>Atitudini.</i> Studentul va manifesta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice privind legitățile de creștere și dezvoltare a organismului uman, adaptarea acestuia la eforturile fizice;

• Formarea bazei teoretice pentru însușirea ulterioară a disciplinelor medico-biologice (fiziologia, biomecanica).						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere. Noțiuni generale, Planele și axele. Nomenclatura anatomică.	12	2	4	6
	2	Scheletul capului și trunchiului	12	2	4	6
	3	Scheletul membrelor superioare	8	2	4	4
	4	Artrologia. Articulațiile corpului uman	16	2	4	8
	5	Mușchii capului și trunchiului	8	2	2	4
	6	Mușchii membrelor superioare și inferioare	8	2	4	4
	7	Evaluarea I	8	-	2	4
	8	Sistemul digestiv și organele anexe	16	2	6	8
	9	Sistemul respirator și urogenital	16	2	6	10
	10	Sistemul cardiovascular	16	4	6	8
	11	Sistemul nervos central și periferic	16	4	6	8
	12	Organele de simț	12	2	4	6
	13	Glandele endocrine	16	2	6	10
	14	Determinarea dimensiunilor antropometrice	8	2	4	4
	15	Evaluarea II	8	-	2	
	Total		180	30	60	90
Strategii de predare&învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>					

	Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Baci Gh. S. Anatomia și morfologia sportivă. Chișinău, 1993. 283 p.</p> <p>2. Baci Gh. S. Bazele morfologiei de vârstă și adaptării sportive (material didactic). Chișinău, 1987. 76 p.</p> <p>3. Cezar Th., Niculescu, Racu Cîrmaciu, Bogdan Voiculescu. Anatomia și fiziologia omului, București: Corint 2009.</p> <p>4. Peter Abrahams. Atlasul corpului uman: structura și funcțiile organismului, București: Corint, 2011.</p> <p>5. Ranga V., Șeicaru T., Alexe Fl. Anatomia omului. Editura Kullusys.</p> <p>6. Ranga V., Teodorescu Dr. I. Anatomia și fiziologia omului. București: Editura medicală, 1970.</p> <p>7. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Anatomia omului (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Farmacie</i>). Chișinău, 2015. 399 p.</p> <p>8. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. I. Aparatul de susținere și mișcare (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină</i>). Chișinău, 2011. 264 p.</p> <p>9. Catereniuc I., Lupașcu T. Vol. II. Sistemul nervos central. Splanhnologie (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină</i>). Chișinău, 2015. 340 p.</p> <p>10. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. III. Sistemele cardiovascular, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină</i>). Chișinău, 2015. 426 p.</p> <p>11. Catereniuc I., Lupașcu T., Babuci A., Zorin Z., Bendelic A. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. II. Sistemul nervos central. Splanhnologie. Chișinău, 2015. 267 p.</p> <p>12. Catereniuc I., Lupașcu T., Babuci A., Zorina Z., Bendelic A. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. III. Sistemele cardiovascular, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale. Chișinău, 2015. 264 p.</p> <p>13. Catereniuc I., Lupașcu T., Ștefanet M., Batâr D. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. I. Aparatul locomotor. Chișinău, 2014. 176 p.</p> <p>14. Catereniuc I., Lupașcu T., Tașnic M. et al. Culegere de scheme la anatomia omului / Сборник схем по анатомии человека / Collection of schemes for human anatomy. Ed. a V-a (revăzută și completată). Chișinău, 2014. 256 p.</p> <p>15. Lupașcu T., Catereniuc I., Globa L., Batâr D., Babuci A., Bendelic A. (sub red. Catereniuc I., Lupașcu T.). Lucrări practice la Anatomia Omului / <i>Notebook for Practical work at Human Anatomy</i>/ Практические занятия по анатомии человека (Ghid pentru autoinstruire / <i>Guide for self-studying</i> / Пособие по самоподготовке). Ed. a IX-a trilingvă (revăzută și completată). I. Aparatul locomotor. Viscere. / I. Locomotor Apparatus. Internalorgans. Л. Опорно-двигательный аппарат. Внутренние органы. Chișinău, 2016. 320 p.</p> <p>16. Ștefanet M. Anatomia omului. Vol. I, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P Medicina, 2007, 2014.</p> <p>17. Ștefanet M. Anatomia omului. Vol. II, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P Medicina, 2008, 2015.</p> <p>18. Ștefanet M. Anatomia Omului. Vol. III, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P Medicina/Tipografia Sirius SRL, 2010, 2016.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Biochimia					
Titularul cursului		Delipovici Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.01.O.02	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Biochimia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul ”Educației fizice”, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ.</i> Obiectivele esențiale ale disciplinei Biochimia se referă la organizarea chimică a organismelor vii sub raportul structurii, funcției și proprietățile biomoleculelor, la natura și mecanismele reacțiilor biocatalitice asociate structurilor celulare și intracelulare, la procesele biochimice ale metabolismului, la reglarea și controlul biochimic al activității celulare. Obiectivele generale ale cursului „Biochimia” sunt:</p> <ul style="list-style-type: none">- Furnizarea cunoștințelor de bază necesare înțelegerii proceselor biochimice ce au loc în organism, a diferitelor tipuri de efort, a capacității de efort etc. atât pe parcursul antrenamentelor, cât și în afara lor;- Prezentarea principiilor generale și a mecanismelor esențiale de funcționare, autoreglare și adaptare a organismului sportivului ;- Oferirea unui suport științific pentru aspectele esențiale privind mecanismele de autoreglare, perfecționare și autostructurare a organismului supus efortului fizic;- Să înțeleagă studenții cum funcționează sistemele organismului uman, împreună, pentru a susține efortul din antrenament și competiții. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască și să folosească noțiunile specifice disciplinei ; • să explice noțiunile și conceptele biochimice raportate la efort ; • să interpreteze și evalueze complexe de modificări ale parametrilor biochimici în condiții de efort sau de restabilire după efort ; • să folosească terminologia disciplinei ; • să comunice și să colaboreze cu studenții ; • să aplice cunoștințele acumulate în situații profesionale diferite ; • valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice și de cercetare. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • executarea responsabilă a sarcinilor profesionale; • familiarizarea cu lucrul în echipă; • conștientizarea nevoii de formare continuă. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Biochimia (metabolism, sisteme disperse, sisteme tampon, acidoză, alcaloză, hematocrit, elemente figurate, proteine, lipide, glucide, ADN, ARN etc.); ▪ să identifice părțile componente ale sistemelor tampon și modul lor de activitate; ▪ să caracterizeze vitaminele și hormonii; ▪ să identifice cum are loc resinteza ATP - ului în diferite tipuri de efort fizic; ▪ să identifice compoziția chimică și proprietățile funcționale a mușchilor striati; ▪ să caracterizeze zonele efortului fizic. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine mecanismele de resinteza a ATP - ului; ▪ să elaboreze o rație alimentară rațională în dependență de vârstă, sex, tipul de sport practicat, condițiile climaterice etc.; ▪ să analizeze și să explice capacitatea de efort a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul lecțiilor practice de educație fizică. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența biochimiei efortului fizic; ▪ să îmbine cunoștințele acumulate în cadrul cursului în procesul de pregătire; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru elaborarea programei individuale de antrenament; ▪ să respecte particularitățile disciplinei date. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Introducere în biochimie</p>	<p>5</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>2</p>
<p>2</p>		<p>Sistemele disperse apoase ale organismului</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>3</p>		<p>Reacția activă a SDA. Ionizarea apei</p>	<p>4</p>	<p>1</p>	<p>1</p>	<p>2</p>
<p>4</p>		<p>Hormonii – reglatorii proceselor biochimice din organismul uman</p>	<p>3</p>	<p>-</p>	<p>1</p>	<p>2</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	5	Vitaminele și rolul lor în activitatea enzimelor	3	-	1	2	
	6	Biocataliza	5	1	2	2	
	7	Bioenergetica	5	1	2	2	
	8	Biochimia glucidelor	8	2	2	4	
	9	Biochimia lipidelor	5	1	2	2	
	10	Biochimia proteinelor	5	1	2	2	
	11	Biochimia acizilor nucleici	6	1	1	4	
	12	Metabolismul hidro-salin	1	-	1	-	
	13	Biochimia contracției musculare	6	1	2	3	
	14	Dinamica proceselor biochimice într-un efort muscular	4	1	1	2	
	15	Procesele biochimice ce au loc în organism în perioada de restabilire după efort	5	1	1	3	
	16	Bazele biochimice ale dezvoltării calităților motrice ale sportivilor	5	1	2	2	
	17	Factorii biochimici ai capacității de efort a sportivilor	6	1	2	3	
	18	Bazele biochimice ale alimentației raționale a sportivilor	5	1	2	2	
	19	Controlul biochimic în sport	3	-	1	2	
	20	Dopingul și performanța sportivă	3	-	1	2	
	Total			90	15	30	45
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin</p>					

	două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Delipovici I. "Caiet de sarcini" pentru orele facultative și independente la cursul de lecții "Biochimia", Ed. Print – Caro, Chișinău, 2020. 64 p.</p> <p>2. Delipovici I. "Biochimia", Note de curs. Chișinău: Ed. Print-Caro, 2019. 231p.</p> <p>3. Delipovici I. "Asigurarea biochimică a pregătirii sportive", Congresul Științific Internațional Ediția VI-a "Sport. Olimpism. Sănătate", USEFS, Chișinău, 16-18 septembrie, 2021.</p> <p>4. Delipovici I., Annual dynamics of physical development harmony indicators of adolescents, Conferința Științifică Internațională Ediția I Tradiții, realități și perspective ale dezvoltării culturii fizice, Chișinău, 25–26 Mai, 2018.</p> <p>5. Delipovici I. Methodology of teaching physical education by implementing the game and competition method. International Congress of Physical Education, Sport and Kinetotherapy. Education and Sport Science in the 21st Century Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceeding of Social & Behavioural Sciences. Future Academy, p.178-184. ISSN 2357-1330.</p> <p>6. Delipovici I. Metodologia predării lecțiilor de educație fizică la elevii de 14-15 ani prin implementarea metodei jocului și competiției. Methodology of teaching physical education lessons for 14-15 year-old pupils by implementation of the game and competition method. Revista „Știința culturii fizice” nr.31/2, Chișinău, USEFS, 2018, p.31-44. ISSN 1857-4114.</p> <p>7. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н., „Биохимия мышечной деятельности”. Киев: Олимпийская литература, 2000. 502 с</p> <p>8. Мохан Р., Глессон М., Гринхафф П., „Биохимия мышечной деятельности и физической тренировки”. Киев: Олимпийская литература, 2001. 194с.</p> <p>9. Рогозкин В.А., „Биохимическая диагностика в спорте”, Л: Наука, 1988. 50с.</p> <p>10. Fusu I., „Biochimia exercițiilor fizice”. Chișinău: INEFS, 1997. 21p.</p> <p>11. Fusu I., „Biochimia statică, dinamică și funcțională”. Chișinău: INEFS, 1999. 77p.</p> <p>12. Demeter A., Chircoiașu M., “Fiziologia și biochimia educației fizice și sportului”. București: Ed. Sport – Turism 1979. 379 p.</p> <p>13. Văjilă Graziela Elena „Biochimia efortului”. București: Ed. România de mâine, 2002. 140 p.</p> <p>14. Bezdead P., „Vitaminele și sănătatea”. București, 1994. 62 p.</p> <p>15. Conunov Ț., Popov M., Fusu I., „Curs de chimie”. Chișinău: Ed. Lumina, 1994.</p> <p>16. Glinca N., „Chimie generală”. Chișinău: Ed. Lumina, 1967.</p> <p>17. Rusu V., Deutesch G., „Biochimie medicală generală”. București: Ed. Medicală, 1996. 254 p.</p> <p>18. Essen B., Jansson E. “Metabolic characteristics of fibre types in human skeletal muscle” //Acta Physiol., 1995. 153 p.</p> <p>19. Weineck J. Biologia și sportul. Traducere S.D.P., vol I-II. București, 1995. 374 p.</p> <p>20. Dragan I., „Medicină sportivă”. București: Ed. Medicală, 2002. 797 p.</p> <p>21. Christine A. Rosenbloom. „Sports nutrition”, American Dietetic Association, 2012. 507 p.</p> <p>22. Бендел Дж., „Сокращение и расслабление мышц”, Пер. с англ. Москва, Мир, 1990. 254 с.</p> <p>23. Ермолаев М., Ильичева А. « Биологическая химия», Медицина. Москва, 1990. 263 с.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Limba franceză (I)					
Titularul cursului		Brega Viorica					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G 01 O. 03	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Franceză	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G - componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Catedra de Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	-	-	90	90	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul la limba franceză este destinat profesorilor care predau limba franceză în Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, la Facultatea de Pedagogie și studenților specializați în <i>Educația fizică</i>.</p> <p>Procesul instructiv-educativ organizat conform acestui curriculum va fi organizat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei și mijloacele și căile de realizare a procesului de predare/ învățare.</p> <p>Cursul de limba franceză constituie o continuare a cursului liceal și este bazat pe studierea textelor de specialitate, a unor teme de conversație, care, de asemenea, au tangențe cu domeniul educației fizice și sportului, articole extrase din presa sportivă.</p> <p>Scopul principal al predării limbii franceze la specialitatea <i>Educație fizică</i> este posedarea practică a limbii, ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, referitoare la domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Predarea materialului prevăzut de curriculum, precum și dobândirea, prin efort personal, a cunoștințelor de către studenți se efectuează prin următoarele operații didactice: demonstrarea, ilustrarea, esențializarea, actualizarea, adaptarea, restructurarea, combinarea organică a activităților didactice auditoriale cu cele extradidactice (neauditoriale).</p>						

Competențe generale dezvoltate în cadrul cursului	<p>1. Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică pe specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor lor proprii cu privire la cele expuse.</p> <p>2. Întreținerea unei convorbiri, discuții pe anumite teme prevăzute de programă.</p> <p>3. Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara respectivă (mai ales a cunoștințelor referitoare la domeniul kinetoterapiei în corelație cu organizarea domeniului kinetoterapiei în Republica Moldova), care să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori spirituale comune sau diferite din cele două culturi vizate, română și franceză.</p> <p>4. Dezvoltarea spiritului de creativitate.</p> <p>5. Dezvoltarea capacității de exprimare în scris.</p>				
Competențe speciale	<p style="text-align: center;">A) La nivelul de cunoaștere:</p> <p>C1-însușirea terminologiei privind domeniul educației fizice și sportului, în limba franceză;</p> <p>C2-asimilarea materialului gramatical în vederea extragerii informației exacte dintr-un text de specialitate (educație fizică și sport) și formulării corecte a unui enunț (oral sau scris);</p> <p>C3 - asimilarea diverselor tipuri și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta;</p> <p>C4-însușirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului științific;</p> <p>C5 - însușirea regulilor de reducere a unui text.</p> <p style="text-align: center;">B) La nivel de aplicare:</p> <p>C6-utilizarea corectă a terminologiei și construcțiilor lingvistice specifice în descrierea unui eveniment sportiv;</p> <p>C7-înțelegerea corectă a unui text de specialitate, relevând informația principală și cea secundară;</p> <p>C8 - exprimarea corectă și coerentă cu privire la un subiect cu caracter științific;</p> <p>C9 - utilizarea corectă a unor formule de politețe;</p> <p style="text-align: center;">C) La nivel de integrare:</p> <p>C10-observarea particularităților limbajului de specialitate în raport cu stilul artistic și cu limbajul vorbit;</p> <p>C11-integrarea în procesul de comunicare cu un interlocutor;</p> <p>C12-pregătirea și prezentarea comunicărilor pe anumite teme (la orele de curs, la conferințe științifice);</p> <p>C13-formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului (vorbit sau scris) pe teme sportive.</p>				
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Practice	LI
1 Origine de la langue française. Lettres. Sons. Règles élémentaires de la prononciation française.			3	2	1
2 Nous sommes étudiants			3	2	1
3 Ma famille			3	2	1
4 Notre salle de lecture			3	2	1
5 Une leçon de français			3	2	1
6 Les langues étrangères			3	2	1
7 Les langues étrangères			3	2	1
8 Faisons du sport.			3	2	1
9 Faisons du sport.			3	2	1
10 Dialogues. Evaluation courante			3	2	1
11 L'Université d'État de l'Éducation Physique et du Sport			6	4	2

	12	La journée d'un étudiant	6	4	2
	13	Mes loisirs	6	4	2
	14	La France	6	4	2
	15	Paris	3	2	1
	16	Lecture préparée: „La Gym”, p. 3-5	3	2	1
	17	L'importance de l'éducation physique et du sport	6	4	2
	18	Exercice physique et santé.	6	4	2
	19	Ma spécialité.	6	4	2
	20	Le corps humain	6	4	2
	21	Morphologie sportive	3	2	1
	22	Lecture préparée: „La Gym”, p. 6-9	3	2	1
	23	L'enseignement sportif en France	6	4	2
	24	Le sport universitaire en France	6	4	2
	25	Le sport en France	6	4	2
	26	Lecture préparée: „La Gym”, p.9-15	3	2	1
	27	Formation des sportifs en France	6	4	2
	28	Le sport en Moldavie	6	4	2
	29	Le sport pour tous.	3	2	1
	30	Lecture préparée: „La Gym”, p.16-20	3	2	1
	31	Récapitulation de la terminologie sportive	3	2	1
	32	Évaluation finale	3	2	1
		Total	135	90	45
	<p>Activitatea individuală – 45 ore</p> <p>1. Textes supplémentaires: <i>Le coeur et le sport, Les bienfaits psychologiques de l'activité physique, Fair-play.</i></p> <p>2. Lecture préparée: „Gym” p. 21-31.</p> <p>3. Articles de presse (6).</p> <p>4. Informations sportives (6).</p> <p>5. Rapports scientifiques.</p> <p>6. Exercices lexicaux et grammaticaux.</p>				
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>1. Selectarea conținutului activității instructiv – educative.</p> <p>2. Amplificarea treptată a conținutului învățământului.</p> <p>3. Sistematizarea cunoștințelor prin demers liniar sau concentric.</p> <p>4. Îmbinarea adecvată a muncii didactice frontale cu munca în grupuri și cu activitatea individuală a fiecărui student.</p> <p>5. Asigurarea unui studiu ritmic.</p> <p>6. Integrarea tehnicilor audio-vizuale în predarea limbii, în laboratoarele lingvistice ale catedrei.</p> <p>7. Utilizarea metodelor comunicative: conversația didactică, simularea situațiilor, problematizarea, studiul de caz, asaltul de idei (brainstorming), algoritmizarea.</p> <p>Cursul de limba franceză presupune crearea unui echilibru între caracterul informativ și formativ al procesului de învățare, cel formativ fiind considerat prioritar.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților este considerată atât ca o posibilitate de promovare a studentului, cât și ca o metodă de învățământ, de control și de apreciere a nivelului de cunoaștere a limbii la diferite etape ale procesului de instruire. Formele de evaluare sunt determinate de perioada de studiu, precum urmează:</p> <p>a) <i>Evaluarea curentă</i>: diagnosticarea, la începutul anului I, a nivelului de posedare a limbii; teste în scris; lucrări de control; recapitularea terminologiei sportive pe compartimente;</p> <p>b) <i>Evaluarea finală</i>: examen la sfârșitul sem. I și II.</p> <p><i>Cerințe de evaluare</i>. La aprecierea notei se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor(70%), de spiritul inventiv al studentului (30%).</p>				

	<p>Controlul priceperilor și deprinderilor studenților se efectuează prin interogare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitelor tipuri de teste, iar examinarea finală se face prin teste în scris sau examen oral.</p> <p>Controlul poartă un caracter instructiv și ajută la depistarea lacunelor din cunoștințele studenților.</p> <p>Testarea în scris a cunoștințelor se efectuează după asimilarea anumitor compartimente din materia predată (la mijloc de semestru, la finele semestrului, la finele anului de învățământ).</p> <p>Sunt admiși la testări în scris la sfârșit de semestru și la examen doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.</p> <p>Studenții susțin examen în baza reușitei curente și a notei obținute la examen.</p> <p>Examenul final îi permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii franceze studiate și profresul obținut de student pe parcursul semestrului și al anului de studiu.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bouchard, J.Ph. <i>Les mots du sport</i>. Paris : Editions du Seuil, 1996. 2. Florea, G. <i>Le français du sport</i>. București, 2002. 3. Pădureț, I. <i>Limba franceză</i>. București, 1988. 4. <i>Grammaire française</i>. M.1969. 5. Belbenoit, G. <i>Le sport à l'école.</i>, 1973. 6. <i>Exploits sportifs</i>. M.1970. 7. <i>Mon football</i> (d'après Raymond Kopa). M.1984. 8. Brega V. <i>La gym</i>. Chișinău, 2009. 9. <i>Terminologia educației fizice și sportului</i>. București: Ed.Stadion, 1974. 10. <i>Lexique anglais / français des sports olympiques</i>. Paris, 2001. 11. <i>Dicționar sportiv român-francez</i>. București, 2008. 12. <i>Dicționar francez-român, român-francez</i>. Chișinău, 1994. 13. Brega, V. <i>Termes sportifs français d'origine étrangère</i>. Chișinău, 2011. 14. <i>Encyclopédie de la Pléiade, Jeux et sports</i>. Gallimard, Paris 1967. 15. Tudose, C. <i>Dicționar sportiv polyglot</i>. București: Stadion, 1973. 16. Tudose, C. <i>Vocabulaire Olympique en sept langues</i>. Bucarest, 1971. 17. <i>Revue Olympique</i>. 18. <i>Sport Europe</i>. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Limba engleză (I)					
Titularul cursului		Bîrsa Elena					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 03	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	-	-	90	90	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea Educație Fizică.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentînd rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățămîntului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățămîntul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată.• Însușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală.• Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă.• Însușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none">• Însușirea terminologiei de specialitate în limba engleză;• Participarea activă la interacțiunile verbale.						
	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none">• Însușirea regulilor gramaticale pentru a formula corect un enunț (oral sau						

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>scris);</p> <ul style="list-style-type: none"> • Efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; • Identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Redactarea și corectarea, în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale; • Audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; • Cunoașterea regulilor de reducere a unui text; • Pregătirea și prezentarea unor comunicări pe anumite teme; • Schițarea și scrierea planului unui text cunoscut; • Explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizând logic lexicul de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut; • Extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață. 				
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>		
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">L/P</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Introductory Lesson	2	2	-
	2	Initial Test	2	2	-
	3	About Myself	3	2	1
	4	My Family	3	2	1
	5	My Flat	3	2	1
	6	My Hobby	3	2	1
	7	Human Body	5	4	1
	8	We Are Students	3	2	1
	9	At the English Language Lesson	3	2	1
	10	Our University	3	2	1
	11	A Student's Working Day	4	2	2
	12	A Student's Day Off	3	2	1
	13	The Foggy Albion-the United Kingdom	3	2	1
	14	The Country of Dreams and Opportunities - the United States of America	6	4	2
	15	My Motherland – Moldova. Places of interest	6	4	2
	16	Educational System in the United Kingdom	6	4	2
	17	Educational System in the United States of America	3	2	1
	18	Educational System in Moldova	6	4	2
	19	The Training Process	6	4	2
	20	Physical Training Lesson	6	4	2
	21	From the History of Physical Education	4	2	2
	22	Sports in Great Britain	6	4	2
	23	Sports in the USA	3	2	1
	24	Sports in Moldova	6	4	2
	25	“Track-and-Field Athletics”	6	4	2
	26	Sports Nutrition	6	4	2
	27	Weightlifting	6	4	2
	28	The origin of physical education	6	4	2

	29	Wrestling „Andrei Doga”	6	4	2
	30.	Revision	2	2	-
	31	Final test	2	2	-
	Total		180	90	42 ore+ 48 ore lectur a indivi dulă
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. În funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului I. Conținutul examenului prevede:</p> <p>Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului.</p> <p>Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu.</p> <p>Conversația pe o temă studiată.</p> <p>Traducerea lexicului de specialitate.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%	
	Nota pentru evaluarea finală			40%	
	Nota evaluarea curentă			40%	
	Nota lucrul individual			20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Degtiariova P.F. M., „English” 1989. Парахина, А.В., Тылкина С.А. «Учебник английского языка». Москва: Высшая школа, 1982. Melenciuc D., Onofreiciuc E. „English for High School”. Chișinău, 2000. Ștefănescu V. “Basic English” (curs rapid de limbă engleză). Meteor – Press, 2002. Галицынский Ю. «Грамматика английского языка» (сборник упражнений). Санкт Петербург, КАРО, 2006. Ellen Henrichs – Kleinen „Gramatica limbii engleze”. București: Editura Niculescu, 2003. “Keep the spirit Alive “International Olympic Academy, 2003. American Celebrations (Peace Corps), 1996. Dicționar Englez – Român și Român – Englez. Chișinău, 2005. 				

- | | |
|--|---|
| | <p>10. Nedelcu, C., Murar, I., Bantaş, A. Dicţionar român – englez. Bucureşti: Teora, 2001.</p> <p>11. Leviţchi L., Bantaş, A. Dicţionar englez – român. Bucureşti: Teora, 2001.</p> <p>12. Timonova V.M. „Быстрее, выше, сильнее”. М., 1988 Спорт 4 x 100. М., 1968.</p> <p>13. Britain in Brief. М, 1993.</p> <p>14. Oxford Advanced Learners Dictionary, 2005.</p> |
|--|---|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Cultura comunicării și limbajul de specialitate					
Titularul cursului		Luca Aliona					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G.01.O. 04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L - lecții practice, LI - lucru individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedralimbi@mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	-	60	60	
Notă de prezentare	<p>Disciplina de studii „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” este parte componentă a planului de învățământ pentru ciclul I – studii superioare de licență, în domeniul de formare profesională 0114 <i>Formarea profesorilor</i>, specialitatea 0114.16 <i>Educație fizică</i>, ce se realizează în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Ea este încadrată în sistemul disciplinelor de creare a abilităților și competențelor generale și este orientată spre formarea cunoștințelor și priceperilor de organizare a procesului de comunicare, spre însușirea și aplicarea terminologiei de specialitate, în vederea stabilirii relațiilor interpersonale și a obținerii succesului în activitatea profesională ulterioară.</p> <p><i>Obiectivele cursului se subordonează obiectivelor planului de învățământ la specialitatea vizată:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea tehnicilor de comunicare profesională în domeniul educației fizice și sportului cu fiecare subiect implicat în procesul educațional, cu specialistul din domeniu, precum și la nivelul comunicării interpersonale în echipă; - însușirea cunoștințelor și deprinderilor elementare în ceea ce privește asigurarea metodică și științifică și informațională a specialității alese; - dezvoltarea gândirii creative, formarea deprinderilor de organizare și desfășurare a cercetărilor științifice în domeniu. <p>În vederea realizării obiectivelor formulate, sunt aplicate activități de predare-învățare-evaluare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile didactice ale disciplinei sunt racordate la obiectivele-cadru și de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematice.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare au menirea să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, de formare a competențelor și</p>						

	<p>de dezvoltare a atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate”, la programul de studii „Educație fizică”, este predată în anul I, semestrul I. Curriculumul este elaborat în consonanță cu acumulările în cunoașterea științifică a domeniului, având la bază sistemul de credite transferabile. Numărul total de ore afectate cursului este de 120, inclusiv: 60 de ore – contact direct, 60 de ore – studiu individual (4 credite).</p> <p>În acest mod, curriculumul la disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” constituie un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Studierea disciplinei „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” asigură formarea competențelor transversale și profesionale, prevăzute în planul de învățământ pentru specialitatea respectivă, vizând în special:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe transversale (de dezvoltare personală și profesională; de interacțiune socială): competențe de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, în procesul de colaborare a specialiștilor din domeniul educației fizice și din domenii înrudite; capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității culturale în activitatea profesională; leadership; - competențe profesionale (de cunoaștere, înțelegere și utilizare a limbajului specific): inițierea în terminologia de specialitate a domeniului, în vederea utilizării ei adecvate în comunicarea profesională. <p>Competențele generale și specifice formate în cadrul disciplinei sunt:</p> <p style="text-align: center;">Competențele generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe de comunicare interpersonală, publică și socioprofesională, a celor de susținere a unor discuții și dezbateri în diverse contexte de comunicare; - înțelegerea și utilizarea limbajului verbal (oral și scris) în alcătuirea de mesaje logice, coerente, corecte, pentru realizarea obiectivelor comunicării; - asimilarea și aplicarea celor mai eficiente strategii de comunicare și de ascultare în activitatea profesională; - capacitatea de gândire critică, de percepere, analiză și sinteză a informațiilor etc. <p style="text-align: center;">Competențele specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea și aplicarea mijloacelor eficiente de comunicare în domeniul profesional; - utilizarea corectă a terminologiei educației fizice și sportului în activitatea profesională; - capacitatea de selectare și utilizare a literaturii științifico-metodice și a altor surse de informații necesare pentru realizarea activității didactice a profesorului de educație fizică etc.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La sfârșitul studierii disciplinei, studenții vor fi capabili:</p> <p style="text-align: center;"><i>la nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să reproducă conceptele de bază ale culturii comunicării; - să identifice problematica, teoriile, principiile comunicării; - să determine tendințele și perspectivele culturii comunicării; - să identifice aspectele teoretice ale comunicării; - să asimileze terminologia de specialitate; - să cunoască tipologia greșelilor de stil; - să însușească principiile de elaborare a actelor oficiale. <p style="text-align: center;"><i>la nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sferile de comunicare profesională; - să obțină competențele de comunicare scrisă necesare în activitatea profesională;

	<ul style="list-style-type: none"> - să asimileze normele de logică, de limbă, de etică ale comunicării; - să determine dificultățile, barierele și blocajele comunicării; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea profesională. <p style="text-align: center;"><i>la nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede abilități de ascultare și înțelegere a mesajelor altor persoane; - să stabilească relațiile optime cu partenerii în comunicare; - să evite și să soluționeze diferite conflicte de comunicare; - să respecte normele de logică și de limbă în elaborarea mesajelor scrise și orale; - să respecte normele de etică, să țină cont de aspectele psihologice în comunicare; - să creeze texte coerente cu tematică profesională, în diverse stiluri; - să elaboreze texte oficiale, în special cu caracter de specialitate; - să se exprime corect, fluent, elocvent; - să utilizeze corect lexicul de specialitate în activitatea profesională; - să conștientizeze importanța însușirii culturii comunicării și a limbajului de specialitate pentru activitatea ulterioară în domeniul educației fizice și sportului. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. crit.	Conținuturile unității de curs/modul	Nr. de ore			
	I. Comunicarea orală			Total	L/P	LI
	1	Comunicarea interumană. Teorii și principii. Limbajele. Tipuri și clasificări. Funcțiile limbajului. Caracteristicile limbajului specializat în sfera educației fizice și sportului.	10	6	4	
	2	Stilul individual al comunicării orale. Calitățile generale și particulare ale stilului. Tipologia greșelilor de stil individual.	10	4	6	
	3	Normele de etică ale comunicării orale.	8	4	4	
	4	Normele de logică ale comunicării orale.	8	4	4	
	5	Normele de limbă ale comunicării orale.	8	4	4	
	6	Aspecte psihologice ale comunicării.	8	4	4	
	7	Conflicte de comunicare. Dificultățile, barierele și blocajele comunicării.	4	2	2	
	8	Specificul comunicării în activitatea profesorului de educație fizică.	4	2	2	
	II. Comunicarea în scris					
	9	Textul coerent – o formă a comunicării în scris	4	2	2	
	10	Stilurile funcționale ale limbii.	4	2	2	
	11	Noțiunea de lexicografie. Tipuri de dicționare. Dicționarele terminologice în domeniul educației fizice și sportului	4	2	2	
	12	Cazuri dificile de vocabular. Sinonime. Omonime. Antonime. Paronime.	4	2	2	
	13	Textul coerent – o formă a comunicării în scris	4	2	2	
	14	Textul oficial. Trăsăturile caracteristice și structura generală a textului oficial. Clasificarea documentelor oficiale.	4	2	2	
15	Discursul. Tipuri de discursuri. Recomandări privind elaborarea și prezentarea unui discurs.	8	4	4		
III. Tipuri de texte oficiale						
16	Acte oficiale generale. Forma grafică și estetică a actelor oficiale. Cererea personală și cererea oficială.	8	4	4		
17	Documentele organizatorico – administrative. Statutul organizației. Regulamentul. Instrucțiunea de serviciu și	4	2	2		

		de funcțiuni. Scheme de încadrare, lista de state.			
	18	Documentele de dispoziție. Ordinul. Dispoziția. Directiva. Hotărârea și decizia.	4	2	2
	19	Actele informative. Raportul. Nota informativă. Nota explicativă. Referatul. Darea de seamă. Memoriul. Declarația. Procesele – verbale.	5	2	3
	20	Actele doveditoare. Adeverința. Certificatul. Delegația. Procura.	4	2	2
	21	Actele privind personalul. Fișa personală. Autobiografia. Curriculum vitae. Referința. Recomandarea.	5	2	3
	22	Correspondența oficială. Lucrări de corespondență neoficială și alte mesaje.	4	2	2
	Total		120	60	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategiile didactice aplicate în cadrul lecțiilor presupun atât metode de transmitere a cunoștințelor, cât și de identificare a lor (exerciții de însușire a lexicului, memorarea și reproducerea logică a unor texte, articole, dialoguri, efectuarea testelor de evaluare formativă, sumativă etc.), folosirea unor metode activ-participative (conversația, descoperirea, simularea, modelarea, diverse situații-problemă etc.). Se folosesc, de asemenea, metode menite să soluționeze adecvat noile situații de învățare (de ex. brainstorming-ul, Sinelg-ul, Turul galeriei, Mozaicul). Formarea abilităților de comunicare orală și scrisă - obiectivul major de predare/învățare a disciplinei - se realizează în baza deprinderilor de integrare, prin elaborarea diferitor tipuri de mesaje orale și scrise (reportaj de la o competiție sportivă, interviu cu o personalitate ilustră din domeniul sportului, discurs la o temă de specialitate aleasă, portofoliu cu acte oficiale perfectate conform modelelor studiate etc.), care presupun aplicarea și integrarea tuturor competențelor formate în cadrul orelor de curs, la nivel de cunoaștere, de aplicare și de integrare. Însușirea terminologiei de specialitate se realizează sistematic, în baza analizei textelor selectate din literatura științifică și beletristică, a articolelor din presa periodică de specialitate și a exercițiilor, ce sunt efectuate în cadrul tuturor orelor de cultura comunicării și limbajul de specialitate. Formele de activitate (frontală, individuală, în perechi, în grup) sunt aplicate în funcție de obiectivele urmărite la predarea fiecărui modul/ subiect. Conținutul textelor, al exercițiilor și actelor oficiale studiate are un caracter diferențiat, în funcție de specializarea studenților cărora le este predat cursul, fiind revizuit, adaptat și actualizat în permanență.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea studenților are loc prin:</p> <p>a) <i>Testare inițială:</i> diagnosticarea, la începutul semestrului I, a nivelului de posedare a limbii române;</p> <p>b) <i>Evaluarea curentă:</i> teste în scris; lucrări de control; integrarea lexicului asimilat în texte proprii, portofoliu;</p> <p>c) <i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I.</p> <p>La aprecierea cunoștințelor se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de competențele creative ale studentului (30%). Evaluarea curentă are un caracter formativ și ajută la depistarea deficiențelor de asimilare, aplicare și integrare a cunoștințelor studenților, în vederea proiectării activităților ulterioare.</p> <p>Evaluarea competențelor studenților se efectuează prin testare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitor tipuri de teste, iar evaluarea finală presupune susținerea unui examen.</p> <p>Testele de evaluare formativă și sumativă se propun după asimilarea anumitor module din materia predată (în decursul și la sfârșitul semestrului).</p> <p>Nota finală este alcătuită din cumularea notei curente și pentru lucrul individual $\times 0,6$ și a celei obținute la examenul de sfârșit de semestru $\times 0,4$.</p> <p>Conținutul examenului</p> <p>Evaluarea finală (examen) include 3 tipuri de subiecte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Întrebări privind aspectele esențiale ale culturii comunicării. 2. Redactarea și precizarea greșelilor de stil dintr-un text scurt propus. 				

	3.Elaborarea unui text în stil oficial-administrativ sau publicistic.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota pentru evaluarea curentă	30%
	Nota pentru lucrul individual	30%
Referințe bibliografice	<p>1.Luca A. Cultura comunicării și limbajul de specialitate. Note de curs pentru studenții Facultăților de Sport și de Pedagogie (pentru uzul studenților). [on-line]. Chișinău, 2013, 96 p. Disponibil: https://moodle.usefs.md/pluginfile.php/17180/mod_resource/content/1/note%20de%20curs%20EFS.pdf</p> <p>2.Bănciulescu V. Jocurile Olimpice de-a lungul anilor. București: Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport. 1964.</p> <p>3.Bonifaciu S. Sportul în literatură. Antologie. București: Sport-Turism, 1990.</p> <p>4.Cantemir G., Timciuc S. Cultura vorbirii. O carte care te învață să vorbești și să scrii corect. Ediția a doua, revăzută și adăugită. Chișinău: Ed. Arc, 2017. 116 p.</p> <p>5.Carnegie, D., Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți influent, București: Editura Curtea Veche, 1997.</p> <p>6.Guțu, V., Dicționar al greșelilor de limbă, Chișinău: Editura ART, 2001.</p> <p>7.Irimia, D., Structura stilistică a limbii române contemporane, București: Editura Științifică și Enciclopedică, 1986.</p> <p>8.Marinescu, A., Codul bunelor maniere astăzi, București: Editura Humanitas, 1999.</p> <p>9.Mucchielli, A., Arta de a influența, Iași: Editura Polirom, 2002.</p> <p>10.Palii, A., Cultura comunicării, Chișinău: Editura Epigraf, 2005.</p> <p>11.Prutianu, Ș., Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași: Editura Polirom, 2004.</p> <p>12.Rădulescu, I.Ș., Să vorbim, să scriem corect. Erori frecvente în limbajul cotidian, București: Editura Niculescu, 2002.</p> <p>Dicționare și enciclopedii:</p> <p>1.Alexe N. (coord.). Terminologia educației fizice și sportului. București: Editura Stadion, 1974. 432 p.</p> <p>2.Dicționar explicativ al limbii române. Ediția II. București: Univers Enciclopedic, 1998.</p> <p>3.Grimalschi T. (coord.). Dicționar sportiv școlar. Chișinău: Editura Lumina, 1993. 144 p.</p> <p>4.Palii Alexei. Dicționar de dificultăți și surprize ale limbii române. Chișinău: Ed. Epigraf, 2008. 248 p.</p> <p>5.Sporturile. Enciclopedie pentru tineri. Trad. Pavelescu M.-D. București, 2001.</p> <p>6.Stroescu A., Podlaha R., Terminologia gimnasticii, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1974, 1994.</p> <p>Alte tipuri de dicționare.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale					
Titularul cursului		Volcu Gheorghe					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G.01.O.05	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta generală)							G
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	-	-	45	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Implementarea noilor tehnologii informaționale și de comunicare în sistemele educaționale superioare din întreaga lume, conduc la schimbarea rolului cadrelor didactice și studenților în procesul de predare-învățare-evaluare.</p> <p>Studiul disciplinei „Tehnologii informaționale” are drept scop dezvoltarea capacităților de utilizare a noilor tehnologii informaționale, aplicând metode, mijloace și resurse moderne. În rezultatul dezvoltării rapide a sistemelor informaționale și de comunicare pe piața informațională are drept rezultat alcătuirea bazelor complexe de date prin utilizarea pachetului standard de programe Microsoft Office.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum contribuie la realizarea obiectivelor, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 45 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespunde 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de orientare în sistemul informațional, mijloace, tehnici și principii de funcționare a acestora; • Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a tehnologiilor informaționale și de comunicare moderne; • Abilități de utilizare a sistemului informațional în activitatea profesională; • Interpretarea ansamblului de concepte, noțiuni și cerințe de instalare a sistemului de operare Windows; • Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a programelor Microsoft Office; <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor digitale specifice soluționării sarcinilor complexe în cadrul activității profesionale; • Utilizarea în situații reale a instrumentelor cu acțiune digitală; • Crearea de documente în domeniul comunicativ și informațional și utilizarea în situații reale a serviciilor electronice, inclusiv a Internetului. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Tehnologii informaționale (sistem informațional, TIC, software, online, nume de utilizator, parolă, editor de text, etc.); ▪ să identifice tipurile de platforme electronice utilizate în activitățile la distanță; ▪ să caracterizeze suporturile informaționale electronice; ▪ să identifice versiunile de sistem de operare Windows; ▪ să identifice principalele funcții de lucru în Word, Excel, PowerPoint și Access; ▪ să caracterizeze programele Microsoft Office. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedurile de lucru cu aplicații digitale; ▪ să aplice parole fișierelor și dosarelor; ▪ să realizeze operațiuni cu textul și să elaboreze tabele complexe în word; ▪ să realizeze operațiuni de lucru în Excel; ▪ să analizeze și să explice avantajele tehnologiilor informaționale; ▪ să determine cerințe și instrucțiuni de instalare a programelor utile activității profesionale; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în activitatea profesională aleasă cât și în alte activități. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura tehnologiilor informaționale; ▪ să îmbine eficient tehnologiile informaționale în activitatea profesională aleasă; ▪ să elaboreze diverse documente în format digital necesare activității profesionale; ▪ să elaboreze prezentări electronice complexe; ▪ să respecte normele etice și deontologice de utilizare a TIC și în mediul online. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
1		Noțiuni generale de tehnologii informaționale	4		2	2
2		Aplicații software pentru activități la distanță	8		4	4
3		Mijloace și tehnologii birotice	4		2	2
4		Mijloace de protejare a informației	4		2	2
5		Sistemul de operare Windows	4		2	2
6		Editorul de texte Word	4		2	2
7		Formatarea paginilor	4		2	2
8		Organigramele în Word	4		2	2

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	9	Procesarea tabelor Word	4		2	2
	10	Tabele electronice Excel	4		2	2
	11	Operațiuni cu tabele Excel	4		2	2
	12	Diagramele în Excel	8		4	4
	13	Bazele de date Access	4		2	2
	14	Elementele bazei de date Access	8		4	4
	15	Aplicația Power Point	4		2	2
	16	Aplicarea graficelor și diagramei în Power Point	4		2	2
	17	Realizarea de prezentări complexe	8		4	4
	18	Programa Publisher	6		3	3
	Total		90		45	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale tehnologiei didactice pentru predarea-învățarea disciplinei Tehnologii informaționale sunt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea de competențe specifice disciplinei. 2. Antrenarea sistematică în scopul dezvoltării competențelor de bază ale disciplinei. 3. Utilizarea metodelor active de instruire, centrate pe student. <p>Metodele utilizate în procesul de predare-învățare a disciplinei sunt: expunerea de material teoretic, lucrul la calculator (individual și/sau sub conducerea cadrului didactic), rezolvarea de probleme, lucrări practice, lucrări de laborator, elaborarea proiectelor, activități în laboratoarele de informatică, centrele de colectare, sistematizare și analiză a datelor. Întrucât în asimilarea informației comunicate sunt implicate procesele psihice de percepție, memorare și operații de gândire, pentru elaborarea sarcinilor didactice se va utiliza în special taxonomia lui Bloom, orientată spre atingerea de către persoana instruită a nivelului intelectual stabilit în standardele educaționale.</p> <p>Pentru facilitarea procesului de asimilare a cunoștințelor de către studenți, se utilizează următoarele metode: interviul, lectură ghidată, exerciții practice la calculator, probleme pentru dezvoltarea gândirii sistemice.</p> <p>La formarea componentelor afective, cadrul didactic se va conduce de taxonomia lui Krathwohl, accentul punându-se pe metodele care se bazează pe aderare, implicare, organizare. Metodele recomandate în acest context sunt studiul de caz, proiectul de cercetare, dezbaterile etc.</p> <p>Pornind de la caracterul aplicativ al disciplinei Tehnologii informaționale, se utilizează în mod amplu în procesul de predare-învățare a metodelor activ-participative. În activitățile practice accentul se pune pe realizarea cu exactitate și la timp a cerințelor sarcinilor de lucru. Realizarea proiectelor în cadrul activităților practice va urmări nu numai dezvoltarea abilităților individuale, dar și a celor de lucru în echipă.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Axarea procesului de predare-învățare-evaluare pe competențe presupune efectuarea evaluării pe parcursul întregului proces de instruire. Evaluarea continuă va fi structurată în evaluări formative și evaluări sumative (finale). Pornind de la caracterul aplicativ al disciplinei Tehnologii informaționale, evaluarea vizează mai mult aspectele ce țin de interpretarea creativă a informațiilor și capacitatea de a rezolva situațiile de problemă.</p> <p>Activitățile de evaluare sunt orientate spre motivarea studenților și obținerea unui feedback continuu, fapt ce permite corectarea operativă a procesului de învățare, stimularea autoevaluării și a evaluării reciproce, evidențierea succeselor, implementarea evaluării selective sau individuale.</p> <p>Evaluarea inițială/diagnostică, se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, etc.</p> <p>Evaluarea curentă/dinamică formativă, se efectuează prin verificări curente pe parcursul seminarelor/lucrărilor practice, deprinderi practice de lucru la computer,</p>					

	<p>note pentru fișierele prezentate, studiile de caz, proiectele, lucrul individual, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină.</p> <p><i>Evaluarea finală/sumativă</i>, se efectuează la sfârșitul semestrului conform planului de studii prin examen, sub forma testării practice, în scris sau oral. Pentru a permite o individualizare a evaluării și o motivare suplimentară a studenților, sarcinile de evaluare sunt ierarhizate pe grade de dificultate. Elaborarea itemilor pentru evaluare este realizată în contextul taxonomiei lui Bloom. Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Curteanu S. EXCEL prin exemple. Editura POLIROM, Iași, 2004. 2. Cristea V., Dumitru P., Giumale C. ș.a., „Dicționar de informatică”, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1981. 3. William Theobald Internet Resources for Leisure and Tourism, 2000. 4. Joe Kraynak „Microsoft Office XP”, Editura ALL, 2000. 5. Maria D., - Microsoft Word – teorie, teste și fișe de laborator, Editura, 2001 6. Popescu C., Tudor (Huțanu) V. TIC Competențe Digitale. Volumul 2. Editura L&S Infomat, 2007. 7. Revista Romana de Informatica si Automatica, Editura Institutului de Cercetări în Informatica București - vol. 8., nr. 3. (1998) si vol. 9., nr. 1. (1999). 8. Roșca I., - Internet și Intranet, Concepte și aplicații, Editura Economică, București, 2000. 9. Hotărâre Nr. 255 din 09.03.2005, privind Strategia Națională de edificare a societății informaționale – “Moldova electronică”. 10. Hotărâre cu privire la Concepția guvernării electronice nr. 733 din 28.06.2006 Monitorul Oficial nr. 106-111/799 din 14.07.2006. 11. Legea nr. 982-XIV din 11 mai 2000 privind accesul la informație (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 88-90/664 din 28 iulie 2000). 12. Legea nr. 467-XV din 21 noiembrie 2003 cu privire la informatizare și resursele informaționale de stat (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 6-12/44 din 01 ianuarie 2004). 13. Hotărârea Guvernului nr. 632 din 8 iunie 2004 „Despre aprobarea Politicii de edificare a societății informaționale în Republica Moldova” (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 96-99/789 din 18 iunie 2004). 14. Volcu Gh., Burlacu N. Tehnologii informaționale – componentă esențială în pregătirea specialistului de educație fizică și sport. În materialele conferinței științifice internaționale, ediția a XX-a: Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice. Chișinău, 2017. 15. Volcu Gh. The need of information technologies in the trening of physicaleducation and sport specialists. 4th Central and eastern european LUMEN international scientific conference: Education, Sport, Health. Chișinău, 2017. 16. Volcu Gh. Tehnologiile informaționale în pregătirea specialiștilor de educație fizică și sport. Congresul Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, ediția II. Chișinău 2017. 17. Volcu Gh. Dicționar terminologic la tehnologii informaționale (pentru studenții facultăților cu profil sportiv). Chișinău: Print Caro, 2019. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica gimnasticii I					
Titularul cursului		Boiachin Ana/Jurat Valeriu					
Ciclul I		Codul cursului	S.01.O.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (P-prelegeri, S-seminar, LP-lecții practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	P	S	LP	LI	
		120	14	-	66	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica gimnasticii I” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului cu profil pedagogic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educației fizice capabili de a utiliza competențele profesionale în activitatea practică din cadrul activităților curriculare și extracurriculare cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului superior cu profil pedagogic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul științelor educației, specialitatea „Educație fizică”, prin implicarea acestuia în activități didactice, fiind asigurat procesul educațional;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și</p>						

	<p>tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Didactica gimnasticii I” este studiată în anul I, semestrul I, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>În opinia noastră, curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea continuă a unui sistem integral de cunoaștere, axat pe teoria științifică și metodică a gimnasticii contemporane. • Formarea și dezvoltarea competențelor profesional-pedagogice, priceperilor și deprinderilor de aplicare a cunoștințelor. • Formarea/dezvoltarea motivațiilor, atitudinilor generale de comportament civilizat de respectare a normelor didactice și deprinderilor comunicative în cadrul interacțiunii sociale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul procesului instructiv-educativ școlar în corespundere cu activitățile practicate; • Aplicarea metodelor specifice și a procedeele tehnice de instruire în corespundere cu specificul disciplinei; • Autoevaluarea obiectivă a necesității de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește modul sănătos de viață pentru diferit contingent.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Să însușească bazele teoretice și metodologice de predare-învățare-evaluare a gimnasticii ca disciplină de învățământ obligatoriu. 2. Să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele, procedeele de instruire calitativă și mijloacele de instruire ale procesului didactic. 3. Să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale. 4. Să însușească tehnica contemporană de executare a exercițiilor de gimnastică și să obțină rezultate la nivel de performanță și competență. 5. Să însușească tehnologia de asigurare, autoasigurare și acordare a ajutorului reciproc în cadrul învățării motrice. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor acțiunilor motrice etc.). 2. Să elaboreze și să realizeze proiectarea activității didactice adecvată la nivel calitativ a procesului de instruire. 3. Să posede aptitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză). 4. Să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. 5. Să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de instruire. <p>La nivel de integrare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Să elaboreze, să aplice și să autoevalueze diverse modele de activități didactice la nivel formativ-creativ. 2. Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului instructiv-educativ. 3. Să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competenței profesional-pedagogice.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Prelegeri	Lecții practice	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		I. Cunoștințe generale(teoretice)	22	14		8
	1	Gimnastica în sistemul pedagogic de educație fizică	3	2		1
	2	Terminologia gimnasticii	4	2		2
	3	Metodologia exercițiilor de dezvoltare fizică generală	6	4		2
	4	Bazele generale ale tehnicii executării exercițiilor la aparatele de gimnastică	3	2		1
	5	Metodica dezvoltării calităților fizice	3	2		1
	6	Organizarea și desfășurarea competițiilor de gimnastică	3	2		1
		II. Calități și capacități	66		66	32
	6	2.1 Exerciții de dezvoltare fizică generală	9		6	3
	7	2.2 Exerciții aplicative	5		3	2
	8	2.3 Exerciții de front și formații	5		3	2
	9	2.4 Exerciții la aparatele de gimnastică	52		36	16
10	2.5 Exerciții acrobatică	14		9	5	
11	2.6. Sărituri (cu și fără sprijin)	13		9	4	
	Total		120	14	66	40
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt: cursul teoretic, lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică sau dezbateri, care poate include unele dezbateri, situații aplicative sau problematizate. Lecțiile practice se organizează sub diverse forme: de formare a competențelor specifice gimnasticii, de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului teoretic se organizează prezentări în Power Point, iar la lecțiile practice - diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială (diagnostică), orală și practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale, testări practice</i> a cunoștințelor, abilităților și competențelor profesionale formate, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă (dinamică formativă), scrisă sau practică se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control (compartiment teoretic) și executare practică</i> (elemente de gimnastică) petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură are loc formarea competențelor specifice conform obiectivelor înaintate. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală (sumativă), scrisă și practică, de bilanț se efectuează</p>					

	conform planului de studii sub forma de testări practice și prin examen (scris sau oral). Testele de examinare teoretică includ cele trei nivele de apreciere:cunoaștere, aplicare, integrare, iar cele practice se efectuează conform baremelor specifice gimnasticii.	
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	30%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	10%
Referințe bibliografice	<p>1.Buftea V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. Material didactic, Chișinău, 2003, 68 p.</p> <p>2. Carp, I., Jurat, V. Formarea și evaluarea competențelor profesionale ale studenților facultății de pedagogie. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Mat. conf. științ. internaț. 6 decembrie 2019, Chișinău: USEFS, (Tipogr. „Valinex”, SRL), pp. 11-14. ISBN 978- 9975-131-78-0</p> <p>3.Cod de punctaj. Gimnastica artistică Masculină. Federation internationale de gymnastique. Ediția 2006.</p> <p>4. Filipenco E., Buftea V. Gimnastica: Exerciții acrobatice. Lucrare metodică. Chișinău. „Valinex”, 2016, 66 p. ISBN 978-9975-68-296-1.</p> <p>5.Filipenco E.M., Кислюк Р.А., Толмачiov P.E. Gimnastica sportivă de masă, Chișinău: Cartea moldovenească, 1987, 199p.</p> <p>6. Filipenco E., Moga C., Boiachin A. Dicționar terminologic de gimnastică (rus – română). Chișinău: Capațina-Print, 2018, 72 p. ISBN 978-9975-3231-2-3.</p> <p>7.Filipenco E.M.,Carp Iu. Dicționar terminologic de gimnastică. (român-rus), Chișinău: Valinex, 2006, 51p.</p> <p>8.Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmачiov. Lumina, Chișinău, 1993, 344 p.</p> <p>9.Grimalschi T., Baci Gh. Protecția muncii în educația fizică și sport, Chișinău: Universitas, 1999, 78 p.</p> <p>10.Grimalschi T. Curs universitar de gimnastică //Ghid metodologic, Chișinău: Universitas, 1999, 86 p.</p> <p>11.Grimalschi T., Simion Gh. Gimnastica //Îndrumar metodico-terminologic. Ed.Universității din Pitești, 1999, 270 p.</p> <p>12.Grimalschi T. și col. Educația fizică pentru clasele I-IV, V-IX, X-XII, //Ghid metodologic pentru profesori, Chișinău: Univers pedagogic, 2007.</p> <p>13. Jurat V., Moga, C. Didactica gimnasticii. Acrobatica. Recomandări metodice pentru studenții USEFS privind însușirea tehnicii exercițiilor acrobatice. Chișinău:S.n., 2020 (Tipogr. „Print-Caro”). 116p. ISBN 978-9975-56-736-7.</p> <p>14.Pîslaru V., Papuc L., Negură G. Și a. Evaluarea. În construcție și dezvoltare curriculară. Cadrul teoretic. Cap. IV, Chișinău.: Î.S.F.E.P. „Tipografia centrală”, 2005, p. 47-75.</p> <p>15. Potop, V., Jurat, V., Buftea, V. Dezvoltarea orientării spațio-temporale cu ajutorul mijloacelor din gimnastică la elevii treptei gimnaziale. În: Sport. Olimpism. Sănătate: Congresul Științific Internațional. Ediția III. USEFS, Chișinău, Republica Moldova, 13-15 septembrie 2018, pp.83-84. ISBN 978-9975-131-65-0.</p> <p>16.Баршай В.М., Курьсь В.Н., Павлов И.Б. Гимнастика: учебник – изд.2-е, доп.и перераб. – Ростов н / Д: «Феникс», 2011 – 330 с. ISBN 978-5-222-17668-9.</p> <p>17. Баршай В.М.,Курьсь В.Н., Павлов И.Б. Гимнастика: учебник – изд.3-е, доп.и перераб. М.: КНОРУС, 2013 – 312 с. ISBN 978-5-406-02356-3.</p> <p>18.Гимнастическое многоборье. Женские виды. Под. ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1986, 336с.</p> <p>19.Гимнастическое многоборье. Мужские виды. Под. Ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1987, 480 с.</p> <p>20.Гимнастика и методика преподавания. Учебник для институтов Физкультуры. Под. ред. В. М. Смолевского, М.: Физкультура и спорт, 1987,</p>	

336 с.

21.Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. Учеб. для студ. высш. учеб. Заведений, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003, 448 с.

22.Правила соревнований – женская спортивная гимнастика. Federation internationale de gymnastique, Изд. 2006.

23.Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999, 409 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIA FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica atletismului I					
Titularul cursului		Svecla Svetlana					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.01.O.07	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@maail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	20	-	60	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica Atletismului-I” este parte componentă a planului de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educație Fizică, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului Didactica Atletismului-I, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educație fizică;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina dată în an. I, sem. I, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educația fizică.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului; ▪ Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice; ▪ Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice - prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului; ▪ Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale educației fizice; ▪ Cunoașterea bazelor tehnicii a probelor sportive din atletism; ▪ Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de lecția de educația fizică. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Formarea capacităților profesional - pedagogice, aplicarea cunoștințelor formate în practică. ▪ Formarea conținut a competențelor profesionale în tipologia desfășurării procesului de instruire. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea caracteristicilor sociale și pedagogice ale atletismului ca obiect de studiu în sistemul educațional al educației fizice și sportive. ▪ Cunoașterea bazelor tehnicii probelor atletice. ▪ Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism în școli; ▪ Explice tehnologia organizării diferitelor tipuri de lecții și caracteristica metodelor de desfășurare a lor; ▪ Să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică atletismului ▪ Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de lecția de educația fizică. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Selecteze conținutul didactic și metode de organizare a procesului de instruire a diferitelor tipuri de lecții. ▪ Să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică atletismului; ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul competițiilor la atletism. ▪ Aplicarea corectă a priceperilor și deprinderilor de desfășurare a lecțiilor de atletism în școală. ▪ Selectarea și sistematizarea mijloacelor și metodelor de bază folosite la instruirea tehnicii probelor de alergări, sărituri și aruncări. ▪ Participarea activă la dezbateri la orele de curs. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lecția de atletism în instituțiile de învățământ preuniversitar. ▪ Organizarea, desfășurarea și conținutul lecțiilor de atletism în învățământul liceal. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/ o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Practica</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Atletismul ca obiectul de studiu. Clasificația probelor atletice	6	4		2
	2	Istoria apariției și dezvoltării atletismului în lume și în Moldova	8	6		2
	3	Măsurile de securitate și profilaxia traumatismelor la lecțiile de atletism	4	2		2
	4	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.	6	4		2
	5	Organizarea și desfășurarea competițiilor de atletism	6	4		2
	6	Instruirea tehnicii marșului sportiv	8		6	2

	7	Instruirea tehnicii alergării de viteză	8		6	2
	8	Instruirea tehnicii alergării de semifond-fond	7		6	1
	9	Instruirea tehnicii alergării de ștafetă	8		6	2
	10	Instruirea tehnicii săriturii în lungime prin procedeul „Ghemuit” și „Extensat”	8		6	2
	11	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime prin procedeul „Pășire”	8		6	2
	12	Instruirea tehnicii aruncării mingii mici	8		6	2
	13	Instruirea tehnicii alergarea pe teren variat	7		6	1
	14	Dezvoltarea calității motrice „forța”	2		2	
	15	Dezvoltarea calității motrice „viteza”	2		2	
	16	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”	2		2	
	17	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”	2		2	
	18	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”	2		2	
	19	Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”	2		2	
	Total		120	20	60	40
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Verificarea orală, teste înscrise, scrierea referatelor, executarea corectă a tehnicii probelor instruite, susținerea normelor de control.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			

în %)	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Dragomir, P., Scarlat, E. <i>Educația fizică școlară</i>. Repere noi – mutații necesare. București: EDP, 2004.</p> <p>2. Gârleanu D. <i>Monografia probelor atletice</i>. București, Sport-turism. 231 p.</p> <p>3. Gevat, C., Larion, A. <i>Lecții de atletism</i>. Ovidius, Constanța, 2003, p. 347.</p> <p>4. Mihăilescu, L., Mihăilescu, N. <i>Atletism în sistemul educațional</i>. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p.</p> <p>5. Povestca, L. <i>Aletismul de la A la Z</i> (dicționar explicativ de termeni și noțiuni din atletism). Chișinău, 2020. Editura: Tehnica-UTM, p. 87. ISBN 978-9975-131-82-7.</p> <p>6. Povestca, L. <i>Atletism – curs de bază</i> (suport de curs pentru studenții instituțiilor de învățământ superior în domeniul educației fizice și sportului). Chișinău, 2020. Editura: Tehnica-UTM, p. 222. ISBN 978-9975-131-89-6.</p> <p>7. Rață, G. <i>Atletism: tehnică, metodică, regulament</i>. Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p.</p> <p>8. <i>Regulamentul-tip al instituției de învățământ extrașcolar</i>. Proiect. Chișinău: Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova, 2020.</p> <p>9. Titus, T, Alexandru, D., Ardelean, T. <i>Atletism</i>. Editura didactică și pedagogică. 1983, p. 7-75.</p> <p>10. <i>Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ.</i> Под ред. О. Колодня, Е. Лутковского, В. Ухова. Москва. ФиС. 1985, с. 271.</p> <p>11. Макаров, А. <i>Легкая атлетика: Учебник для студ-ов фак. физ.восп. пед. ВУЗ-ов</i>. Москва, Просвещение. 1990. 208 с.</p> <p>12. Озолин, Н., Воронкин, В., Примаков, Ю. <i>Легкая атлетика</i>. Москва, ФиС, 1989, с. 4-317.</p> <p>13. Попов, В. <i>Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов</i>. Москва. Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2006, 224 с.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Fiziologia umană și ergofiziologia					
Titularul cursului		Deleu Inga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.02.O.08	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>„Fiziologia umană și Ergofiziologia” este o disciplină medico-biologică, studierea căreia la etapa universitară va asigura studenții cu un complex de informații fundamentale despre reglarea și mecanismele de funcționare normală a organismului.</p> <p>Disciplina de studii „Fiziologia umană, Ergofiziologia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Obiectivul general:</i> Prin parcurgerea cursurilor și lucrărilor practice, studenții vor dobândi cunoștințe legate de funcțiile normale ale organismului uman și vor fi capabili să înțeleagă în manieră integrativă procesele fiziologice, căpătând astfel o bază solidă pentru științele medico-biologice în sport.• <i>Obiective specifice:</i> Pregătirea teoretică a studenților pentru a putea asimila cunoștințe, prin informații sistematizate privind fenomenele de integrare funcțională.• ilustrarea unor noțiuni teoretice în cadrul lucrărilor practice prin prezentarea demonstrativă a unor experimente clasice (video) și diverse simulări computerizate (predominant interactive);• dobândirea de către studenți a unor deprinderi practice privind executarea corectă a unor manevre, pe baza rigurozității procedurilor, dar și a înțelegerii aspectelor explorate; <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p>						

	<p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor - <i>generale</i> și a celor de specifice, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniu.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Utile în dezvoltarea ulterioară ca student: ▪ Noțiunile generale predate prin cursul de Fiziologie/Ergofiziologie permit înțelegerea funcționării organismului ca un tot unitar. ▪ Tematica lucrărilor /laborator de Fiziologie/Ergofiziologie permit cunoașterea limitelor de variație a valorilor normale, ale unor investigații de laborator, noțiuni necesare studenților în anii următori de studiu. <p style="text-align: center;">Pentru activitatea profesională ulterioară:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Prin însușirea unor noțiuni de curs și lucrări practice la disciplina Fiziologie, viitorul cadru poate aprecia starea de sănătate a organismului, luând decizii adecvate, contribuind la realizarea unei profilaxii, prevenind în acest fel apariția unor complicații. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei. • Utilizarea materialului didactic și a aparaturii specifice din laboratorul de științe medicale. • Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să acumuleze informații asupra funcționării normale a organismului, urmând ca pe acest substrat să fie adăugate cunoștințe fundamentale din fiziopatologie, medicină sportivă, igienă și să cunoască constantele fiziologice, variațiile de vârstă a acestora în corelație cu noile evoluții în cadrul științelor medico-biologice; ▪ Să dezvolte deprinderi în înregistrarea, măsurarea și interpretarea datelor pentru expunerea verbală și în scris a constatărilor proprii și aprecierea variațiilor biologice și individuale; ▪ Să înțeleagă importanța mecanismelor de reglare a funcțiilor fiziologice în coordonarea organelor și a sistemelor separate pentru activitatea normală a întregului organism; ▪ Să cunoască principiile și metodelor de bază a disciplinei Fiziologiei umane și Ergofiziologie; ▪ Să cunoască utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora;(probe funcționale respiratorii, p. Rozental, randament cardiac, PWC - 170). <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înregistreze și analizeze parametrii diferitor probe funcțional-instrumentale (măsurarea presiunii arteriale, electrocardiograma, spirometria, determinarea oxigenului în sângele arterial, etc.); • Să determine metabolismul bazal prin metode calorimetrice; • Să posede metoda de colectare a sângelui și să interpreteze rezultatele analizelor de laborator; • Să însușească metode de studiere și apreciere a activității diferitor organe și sisteme prin tehnici virtuale și computerizate; • Să însușească metoda de instruire bazată pe analiza problemei (cazul clinic);

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Să determine metodele complexe de cercetare și aprovizionării organismului cu oxigen; ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, a randamentului cardiac cu ajutorul indicilor volumului sistolic și minut-volumul (metoda Starr); ▪ Să analizeze și să explice metodele de controlare a capacității de muncă fizică. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să identifice structurile și funcțiile fiziologice și să explice desfășurarea proceselor și fenomenelor fiziologice în corpul uman; • Să posede atât cunoștințe cât și o vastă capacitate de înțelegere a diferitor aspecte fiziologice pentru a avea posibilitatea de a dezvolta o gamă variată de însușiri incluzând cele de cercetare, investigare , analiză, precum, și de a putea confrunta și rezolva unele probleme, planificate comunicării și a prezenta spirit de echipă; • Să posede cunoștințe referitoare la explicarea influenței eforturilor fizice asupra stării funcționale a sistemului motric și vegetative, folosirea termenilor de specialitate în comunicare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Introducere. Sistemele fiziologice a organismului care aprovizionează organismul cu O ₂ .	12	2	4	6
	2	Fiziologia mecanismelor metabolice a organismului.	12	2	4	6
	3	Fiziologia excreției	8	2	2	4
	4	Sistemul de reglare a activității organismului	16	4	4	8
	5	Sistemele sensoriale	8	2	2	4
	6	Sistemul neuromuscular	8	2	2	4
	7	Evaluarea intermediară I	8	-	4	4
	8	Adaptarea la activitatea musculară și rezervele fiziologice ale organismului	16	2	6	8
	9	Clasificarea și caracteristica fiziologică a exercițiilor fizice.	20	4	6	10
	10	Dinamica stărilor fiziologice a organismului în activitatea sportivă.	16	2	6	8
	11	Bazele fiziologice ale antrenamentului sportiv.	16	2	6	8
	12	Particularitățile fiziologice ale antrenamentului femeilor.	12	2	4	6
	13	Bazele fiziologice ale educației fizice de asanare.	20	4	6	10
14	Evaluarea finală II	8	-	4	4	
	Total	180	30	60	90	
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează</p>					

	prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexei N. Antrenamentul sportiv modern. București, 1997 2. Anghel I. Lucrări de laborator la fiziologia educației fizice și sportului. Cluj-Napoca, 1997 3. Chiorescu M. Fiziologia educației fizice și sportului (curs didactic). Chișinău, 2000 4. Crivoi A. Ecologie umană, CEP USM, 2007 5. Crivoi A. Vitaminologie, CEP USM, Chișinău, 2005, p.130. 6. Crivoi A., Sârbu A. Electroencefalografia. Chișinău, Edit. USM. 2001. 7. Demeter A. Antrenamentul sportivilor. București, 1996. 8. Dragnea C. Mate Teodorescu S. Teoria sportului. București, 2002. 9. Drăgan I. Medicina sportivă. București, 2002. 10. Зимкин Н. Физиология человека. Москва 1975 11. Коц И. Спортивная физиология. Москва 1986 12. Платонов В. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев 1997 13. Mariș A.M., Lupașco V.I., „Evaluarea gradului de antrenament al sportivilor în baza unor indici fiziologici”, Revista „Curierul Medical”, 1993, Nr.2, p.42-45. 14. Солодков А.С., Сологуб Е.Б., „Физиология человека” Москва, 2001. 15. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Determinarea indicilor relativi ai consumului maximal de oxigen (VO₂) la alergători cu aplicarea eforturilor specifice”. Chișinău, 2012. 16. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Determinarea indicilor relativi ai capacității de muncă fizică PWC₁₇₀ (V) PWC₁₇₀ (V)” la alergători cu aplicarea eforturilor specifice. Chișinău 2013. 135p. 17. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Metoda modificată de determinare a indicilor randamentului de muncă fizică PWC₁₇₀ (V) PWC₁₇₀ (V) înotătorilor cu aplicarea eforturilor specifice”. Chișinău 2015. 204p. 18. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Consumul maximal de oxigen al înotătorilor” 	

Determinarea indicilor relativi (VO_2 ml/min/kg) cu aplicarea

19. Honceriu Cezar. Efortul aerob în jocul de fotbal. (Studiu privind modificarea unor indici fiziologici și biochimici). Ed. PIM, Iași 2014.

20. Honceriu Cezar. Fiziologia efortului fizic. Ed. PIM, Iași 2014.

21. Gîrlea N., Tataru A., Определение энергетического метаболизма мышечной деятельности, Congresului Științific Internațional "Sport. Olimpism. Sănătate", ediția a II-a, 26-28 octombrie, 2017, U.S.E.F.S. Chișinău.

22. Лупашко В., Солоненко Г. Сравнительный анализ параметров подготовленности спортсменов водных видов спорта, обусловленных возрастом и полом. Conferința Științifico-practică „Personalitate și sport: Teorie. Metodologie. Practică”, Ediția a IV-a, la 17 mai 2019. Chișinău, Institutul de Relații Internaționale din Moldova.

23. Walter F. Boron, Fiziologie medical. Ed. 3, București, 2017.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Pedagogia generală					
Titularul cursului		Gonचारuc Svetlana/Putin Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 02 O.09	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Modernizarea curriculum-ului la disciplina <i>Pedagogie generală</i> este imperativ iminent de actualizarea standardelor în educație și de schimbările care au apărut odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor și implicațiilor politice în domeniul educației istorice produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculum-ului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p> <p>Disciplina <i>Pedagogie generală</i> își aduce aportul la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie pedagogice, calitățile viitorului specialist din domeniul <i>Educație fizică</i>. Astfel se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația pedagogică are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, pedagogia generală are menirea de a forma un specialist cu vederi gnosologice moderne, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față impactelor societății contemporane.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none">• Cunoașterea fundamentelor teoretice și metodologice ale științelor educației;• Producerea noilor cunoștințe în cadrul științelor educației;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea, aplicarea și transferul strategiilor didactice; • Evaluarea critică a fenomenelor, proceselor și a rezultatelor în cadrul educațional. • Comunicarea eficientă interpersonală și didactică; • Asumarea de responsabilități sociale și profesionale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea și interpretarea problemelor din domeniul educațional; • Proiectarea și realizarea cercetărilor aplicative în domeniul educațional; • Implementarea rezultatelor investigaționale în practica educațională. 						
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să cunoască fundamentele Științelor Educației; • Să identifice problemele și tendințele dezvoltării Pedagogiei Generale; • Să identifice aspectul funcțional al reperelor teoretice. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să analizeze și să generalizeze abordările, fenomenele, procesele, experiențele unui demers educativ; • Să compare diverse strategii educaționale; • Să stabilească conexiunea funcțională dintre contextul didactic și particularitățile demersului educativ; • Să proiecteze produse curriculare orientate la Educația centrată pe elev. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să proiecteze și să aplice strategii didactice conform finalităților; • Să proiecteze și să realizeze investigații aplicative privind problematica educativă; • Să comunice eficient la nivel interpersonal și nivel comunitar; • Să implementeze un management eficient al procesului didactic. 						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>				
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>	
			1	2	1	3	
			2	2	1	3	
			3	2	1	3	
			4	2	1	3	
			5	2	1	3	
			6	2	1	3	
			7	2	1	3	
			8	2	1	3	
			9	2	1	3	
			10	2	1	3	
			11	2	1	3	
			12	2	1	3	
			13	2	1	3	
			14	2	1	3	
			15	2	1	3	
			Total	90	30	15	45
<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a</p>							

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale pedagogiei în dinamica evoluției ei. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut didactic referitor la un fenomen cultural dintr-o perioadă de evoluție; - organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese educaționale, inclusiv cu caracter controversat, din diferite etape de dezvoltare; - elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse bibliografice și prezentarea lor publică; - organizarea conferințelor științifice privind anumite tematici ce vizează procesul educațional racordat disciplina studiată; - elaborarea și publicarea unor articole privind valorile didacticii naționale și universale; - elaborarea unor miniproiecte privind ocrotirea și valorificarea moștenirii culturale naționale raportată la evoluția managementului educațional; - organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din didactica modernă; 				
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului prin prisma dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de studiere. Se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe, capacități și atitudini. Achiziția vizate în mod special în cadrul procesului de evaluare vor fi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cu potențial educativ ridicat și abordarea diferitor puncte de vedere privind problematica pedagogiei generale; - performanțele atinse de către toți studenții atât trunchiului comun, cât și la nivelul extinderii. <p>Se va accentua evaluarea unor capacități cu grad ridicat de complexitate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe, proiecte de activitate profesională și să realizeze eficient predare, educația, evaluarea, etc. - să elaboreze și să aplice tehnologiile educaționale și informaționale moderne. - să realizeze cercetări științifice aplicative - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea extradidactică și extrașcolară - să evalueze și să monitorizeze procesul și rezultatul activității profesionale, etc. <p>Comportamentele și atitudinile determinate de interiorizarea valorilor general-umane sociale și culturale pentru învățământul universitar sunt recomandate și metode alternative de evaluare ca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - observarea sistematică a comportamentului studenților, efectuarea conform unor criterii din timp stabilite și planificate prin trei modalități: fișa de evaluare a studentului, scara de clasificare, lista de control; proiectul de cercetare care poate evalua cunoștințe, capacități și atitudini prin diferite tipuri de activitate: orale, scrise, joc de rol, model, etc.; - portofelul didactic, care este un instrument de evaluare complex și care include în sine rezultatele obținute prin celelalte metode; - evaluări sub formă de discuții orale, libere pe baze unei tematici stabilite; - autoevaluarea - autocontrol și autoapreciere posibilă prin diferite forme chestionare, scări de clasificare, etc. 				
<p>Stabilirea notei finale</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 70%;">Nota finală</td> <td style="width: 30%; text-align: right;">100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td style="text-align: right;">40%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%
Nota finală	100%				
Nota pentru evaluarea finală	40%				

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bocoș Mușata, Didactica disciplinelor pedagogice, un cadru constructiv, ed. a III-a, Pitești 2008. 2. Bolboceanu A., Cunoașterea elevului, consiliere și orientare. MET, Chișinău 2007. 3. Bontaș Ioan, Pedagogie, ed. București: ALL, 2006. 4. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2009. 5. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactică și Pedagogică, 2009. 6. Cerghit I., Metode de învățământ, Polirom, ed. a IV-a, Polirom 2006. 7. Cojocaru V., Reforma învățământului, obiective, orientări, direcții, Chișinău, 2005. 8. Corlateanu T., Cosovan O., Goraș-Postică V., Forme de competențe prin strategii didactice interactive, Chișinău 2008. 9. Cristea S., Fundamentele pedagogiei, Polirom, 2010. 10. Cucuș C., Pedagogie, Iași, 2009. 11. Educația centrată pe cel ce învață, Ghid metodologic, Chișinău, 2009. 12. Gonciaruc S., Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică, În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Ch., 2011. 13. Gonciaruc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46 14. Gonciaruc Sv., Leșcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS. 15. Gonciaruc S., Șaragov N. Comportamentului prosocial al studenților prin mijloacele educației fizice și sportului. În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția III-a 13-15 septembrie 2018, Chișinău, USEFS 16. Gonciaruc S. Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației incluzive, În: Materialele Conferinței științifico-practice internațională Educația Incluzivă: Dimensiuni, Provocări, Soluții. Eduția a IV-a din 19.10.2018, US „Aleco Russo” din Bălți. 17. Gornostal V., Gonciaruc Sv., Cijic Ș. Motivarea pentru practicarea sportului a elevilor cu profil de arte din treapta gimnazială. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studențești „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XXII-a, 11 aprilie 2019, Chișinău, USEFS, ISBN 978-99131-75-9, p.3-8. 18. Guțu Vladimir, Cadru de referință a Curriculum-ului național, ed. Știința, Chișinău, 2007. 19. Iucu Romiți B., Managementul clasei de elevi, aplicații pentru gestionare a situațiilor de criză educațională, Polirom 2006. 20. Jinga I., Istrate E., Manual de pedagogie, ediția a II-a, București: ALL, 2008. 21. Lupuleac V., Gonciaruc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6. 22. Manual de pedagogie, coor. Jinga I., Istrate E., ed. a II-a, București 23. Mîndîcanu V., Etica pedagogică, Chișinău 2009. 24. Negreț-Dodridor I., Teoria generală a curriculumului educațional, Polirom 2008. 	

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">25. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, ed.III-a, ARAMIS, 2003.26. Pânișoară Ion-Ovidiu, Profesorul de succes. 59 de principii de pedagogie practică, Polirom Iași 2009.27. Pedagogie, suport de curs, coor. Otilia Dandara, Chișinău, 2010.28. Potolea Dan, Neacșu Ioan, Iucu Romiță B., Pânișoară Ion-Ovidiu, Pregătirea psihopedagogică, manual pentru definitivat și gradul didactic II, Polirom 2008.29. Psihopedagogia centrată pe copil, Chișinău, 2008.30. Voiculescu F., Analiza resurse – nevoi și managementul strategic în învățământ, ed. XXI, editura Aramis.31. Voiculescu F., Voiculescu E., Măsurarea și științele educației. Teorie, metodologie, aplicații, Iași 2007.32. Подласый И. П., Педагогика, Москва, «Высшее образование», 2008. |
|--|---|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Teoria și metodică cultura fizice/Istoria culturii fizice					
Titularul cursului		Carp Ivan					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 02 O. 10	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe Semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Bazele Teoretice ale Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- btcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	60	-	90	
Nota de prezentare	<p>Modulul disciplinar „Teoria și metodologia culturii fizice/Istoria culturii fizice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii studenților/viitori profesori de educație fizică, în cadrul facultății de Pedagogie a USEFS.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• <i>obiective generale</i>, care au un grad de generalitate, fiind orientate spre formarea la studenți unui sistem integrativ de cunoștințe teoretice, priceperi și deprinderi speciale necesare profesorului de educație fizică sub aspect managerial, de proiectare, comunicativ, gnostic și motric;• <i>obiective cadru</i> formarea unor cunoștințe metodologice speciale cu privire la organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la nivelul învățământului preuniversitar, universitar și alte contingente de populație, priceperilor și deprinderilor de cercetare științifică în cadrul procesului instructiv – educativ și practicii pedagogice;• <i>obiectivele de referință</i> - spre deosebire de cele cadru (generale) sunt elaborate pentru fiecare temă în parte, acestea precizează rezultatele așteptate de la studenți în procesul de instruire, urmărind progrese în achiziții de cunoștințe și capacități de la o temă la alta, pe baza respectării principiilor metodice de instruire. <p>Prin realizarea obiectivelor curriculare se dezvoltă un nou ciclu de competențe, deprinderi și abilități care se întemeiază pe achizițiile competențelor-cheie dobândite de studenți menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplinele modulului dat în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p>					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * aplicarea fundamentelor teoretice ale TMCF/ICF în organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică cu diferite contingente de populație; * cunoașterea și explicarea mecanismelor și legităților motricității, corelarea lor în funcție de contextul socio-cultural de a identifica și interpreta valențele formative ale culturii fizice; * proiectarea și gestionarea instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale prin conținuturi specifice din atletism, gimnastică, jocuri sportive la diferite cicluri de învățământ; * asigurarea de aptitudini creative și diversificate de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice de bază, utilitar aplicative și specifice unor probe de sport. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării obiectivelor specifice antrenamentului sportiv în corespundere cu proba de sport practică; • Aplicarea mijloacelor, metodelor și procedeele metodice în corespundere cu specificul probelor sportive incluse în curriculum la nivel de module; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile și cercurile sportive.</p>					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să definească noțiunile și conceptele principale ale modulului TMCF/ICF; * să cunoască și să caracterizeze principiile specifice ale teoriei și metodicii culturii fizice; * să identifice mijloacele și metodele specifice domeniului teoriei culturii fizice; * să caracterizeze structura și conținutul procesului de învățare a mișcărilor la diferite categorii de populație; * să identifice factorii și particularitățile ce determină procesul de dezvoltare a calităților motrice la diferite categorii de subiecți; * să cunoască metodologia de organizare și desfășurare a diferitor forme de practicare a exercițiilor fizice în contextul abordărilor actuale. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; * înțelegerea și utilizarea metodelor consacrate de analiză și interpretare creativă în elaborarea structurilor motrice și programelor pe tipuri de activități motrice; * să aplice mijloacele și metodele culturii fizice în diverse tipuri de activități motrice desfășurate cu diferite categorii de populație în scopuri instructive și de asanare; <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * explicarea și interpretarea concepției actuale despre locul și rolul culturii fizice, ca parte integrantă a acțiunii educaționale și culturii denerale a omului; * să formuleze și să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea subiecților ce practică o probă de sport la nivel de activități extracurriculare; * să îmbine eficient mijloacele și metodele cu obiectivele specifice ale a în procesul de de educație fizică cu diferite categorii de subiecți; * să respecte particularitățile individuale și de vârstă ale subiecților implicați în cadrul activităților motrice. 					
	N/ o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Teoria și metodică cultura fizice - știință	Total	Curs	Seminar	LI
			8	2	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		și obiect de studiu.					
	2	Cultura fizică – sistem social și componentă a culturii generale.	8	2	2	4	
	3	Mijloacele de formare a culturii fizice a personalității.	12	2	4	6	
	4	Principiile metodice specifice procesului de practicare a exercițiilor fizice.	8	2	2	4	
	5	Metodele de formare a culturii fizice a personalității.	14	2	5	7	
	6	Bazele teoretico-metodice ale învățării și instruirii în procesul de EF. Învățarea acțiunilor motrice.	14	2	5	7	
	7	Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice.	32	4	12	16	
	8	Cultura fizică a diferitor contingente de vârstă.	8	1	3	4	
	9	Probleme contemporane ale culturii fizice de recreare, reabilitare și adaptive	10	2	3	5	
	10	Tehnologii moderne de instruire în domeniul culturii fizice.	6	1	2	3	
		Total TCMF	120	20	40	60	
	1	Istoria culturii fizice – obiect de studiu	6	1	2	3	
	2	Educația fizică la popoarele Antice	6	1	2	3	
	3	Educația fizică în epoca renașterii	6	1	2	3	
	4	Creatorii sistemelor Naționale de educație fizică	6	1	2	3	
	5	Apariția sporturilor, cluburilor, organizațiilor, federațiilor sportive	6	1	2	3	
	6	Istoria dezvoltării Jocurilor Olimpice	12	2	4	6	
	7	Educația fizică și sportul în țările dezvoltate	6	1	2	3	
	8	Evoluția și dezvoltarea culturii fizice și sportului în RM	12	2	4	6	
		Total ICF	60	10	20	30	
		Total	180	30	60	90	
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursurile sunt organizate sub formă de preleger clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea modulului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
		<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. Teorie și metodică. Editura didactică și pedagogică. R.A., București, 1996. - 363 p.</p> <p>2. Carp I. Noțiuni de bază ale educației fizice și sportului. Chișinău, I.N.E.F.S., 2000. – 31 p.</p> <p>3. Carp I. Teoria și metodică culturii fizice: curs de lecții pentru studenții ciclului I de instruire. Chișinău, USEFS. 2016. Aprobă la ședința consiliului Facultății de Pedagogie din 20.09.2016, proces-verbal nr. 2 (www.usefs.md., moodle. PowerPoint, 216 slaiduri. suport electronic)</p> <p>4. Carp I., Rață G. Principii și metode didactice specifice educației fizice și sportului. -Bacău: Alma Mater, 2013. 176 p.</p> <p>5. Matveev L.P., Novicov A.D. Teoria și metodică educației fizice. Editura Sport-Turism, București, 1980.</p> <p>6. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Учебник для высш. Учеб.зав. ФВ и С. В 2-х томах. Издательство «Олимпийская литература», 2003.</p> <p>7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2008. -544 с.</p> <p>8. Максименко А.М Теория и методика физической культуры: Учеб для вузов физической культуры /- 2-е изд. Испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. – 496 с.</p> <p>9. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под.ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. 2-е изд., испр. М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.</p> <p>10. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учебн. заведений. Издательский центр «Академия», 2004</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Limba franceză (II)					
Titularul cursului		Brega Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 02 O. 11	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Franceză	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G - Componenta de formarea abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Catedra de Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	-	60	60	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul la limba franceză este destinat profesorilor care predau limba franceză în Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, la Facultatea de Pedagogie și studenților specializați în <i>Educația fizică</i>.</p> <p>Procesul instructiv-educativ organizat conform acestui curriculum va fi organizat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei și mijloacele și căile de realizare a procesului de predare/ învățare.</p> <p>Cursul de limba franceză constituie o continuare a cursului liceal și este bazat pe studierea textelor de specialitate, a unor teme de conversație, care, de asemenea, au tangențe cu domeniul educației fizice și sportului, articole extrase din presa sportivă.</p> <p>Scopul principal al predării limbii franceze la specialitatea <i>Educație fizică</i> este posedarea practică a limbii, ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, referitoare la domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Predarea materialului prevăzut de curriculum, precum și dobândirea, prin efort personal, a cunoștințelor de către studenți se efectuează prin următoarele operații didactice: demonstrarea, ilustrarea, esențializarea, actualizarea, adaptarea, restructurarea, combinarea organică a activităților didactice audioriale cu cele extradidactice (neaudioriale).</p>						
	1. Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică pe specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor lor proprii cu privire la cele expuse.						

Competențe generale dezvoltate în cadrul cursului	<p>2. Întreținerea unei convorbiri, discuții pe anumite teme prevăzute de programă.</p> <p>3. Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara respectivă (mai ales a cunoștințelor referitoare la domeniul kinetoterapiei în corelație cu organizarea domeniului kinetoterapiei în Republica Moldova), care să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori spirituale comune sau diferite din cele două culturi vizate, română și franceză.</p> <p>4. Dezvoltarea spiritului de creativitate.</p> <p>5. Dezvoltarea capacității de exprimare în scris</p>					
Competențe speciale	<p style="text-align: center;">La nivelul de cunoaștere:</p> <p>C1 –însușirea terminologiei privind domeniul educației fizice și sportului, în limba franceză;</p> <p>C2 –asimilarea materialului gramatical în vederea extragerii informației exacte dintr-un text de specialitate (educație fizică și sport) și formulării corecte a unui enunț (oral sau scris);</p> <p>C3 - asimilarea diverselor tipuri și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta;</p> <p>C4 –însușirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului științific;</p> <p>C5 –însușirea regulilor de reducere a unui text;</p> <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <p>C6 –utilizarea corectă a terminologiei și construcțiilor lingvistice specifice în descrierea unui eveniment sportiv;</p> <p>C7 – înțelegerea corectă a unui text de specialitate, relevând informația principală și cea secundară;</p> <p>C8 –exprimarea corectă și coerentă cu privire la un subiect cu caracter științific;</p> <p>C9 – utilizarea corectă a unor formule de politețe;</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>C10 – observarea particularităților limbajului de specialitate în raport cu stilul artistic și cu limbajul vorbit;</p> <p>C11 – integrarea în procesul de comunicare cu un interlocutor;</p> <p>C12 –pregătirea și prezentarea comunicărilor pe anumite teme (la orele de curs, la conferințe științifice);</p> <p>C13 –formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului (vorbit sau scris) pe teme sportive.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/ o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Practice		LI
	1	Les phases de l'initiation athlétique.	6	4		2
	2	L'athlétisme	3	2		1
	3	Gymnastique	3	2		1
	4	Gymnastique rythmique sportive	3	2		1
	5	La lutte	3	2		1
	6	Lecture préparée: „La Gym”, p.32-36	3	2		1
	7	Andrei Doga, sportif et entraîneur	6	4		2
	8	Football	6	4		2
	9	Volley-ball	3	2		1
	10	Basquet-ball	6	4		2
	11	Lecture préparée: „La Gym”, p.36-41	3	2		1
	12	Handball	3	2		1
	13	Tennis Evaluation courante de la terminologie sportive	3	2		1
	14	Aviron	3	2		1
	15	Pierre de Coubertin	6	4		2
	16	Olympisme	3	2		1

	17	Lecture préparée: „ <i>La Gym</i> ”, p.42-47	3	2		1
	18	L'Académie Internationale Olympique	3	2		1
	19	Le Comité International Olympique	3	2		1
	20	L'éthique olympique	3	2		1
	21	Un régime de vie pour les sportifs	3	2		1
	22	Les bienfaits psychologiques de l'activité physique	3	2		1
	23	Lecture préparée: „ <i>La Gym</i> ”, p.47-52	3	2		1
	24	Evaluation finale	3	2		1
	25	Récapitulation de la terminologie sportive	3	2		1
	Total		90	60		30
	Activitatea individuală – 30 ore <ol style="list-style-type: none"> 1. Textes supplémentaires: „<i>Le coeur et le sport, Rugby, Fair-play, La boxe anglaise, La boxe française, La gestion de l'effort.</i>” 2. Lecture préparée: „<i>Gym</i>” –p. 52-61. 3. Articles de presse (6). 4. Informations sportives (6). 5. Rapports scientifiques. 6. Exercices lexicaux et grammaticaux. 					
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selectarea conținutului activității instructiv – educative. 2. Amplificarea treptată a conținutului învățământului. 3. Sistematizarea cunoștințelor prin demers liniar sau concentric. 4. Îmbinarea adecvată a muncii didactice frontale cu munca în grupuri și cu activitatea individuală a fiecărui student. 5. Asigurarea unui studiu ritmic. 6. Integrarea tehnicilor audio-vizuale în predarea limbii, în laboratoarele lingvistice ale catedrei. 7. Utilizarea metodelor comunicative: conversația didactică, simularea situațiilor, problematizarea, studiul de caz, asaltul de idei (brainstorming), algoritmizarea. 8. Cursul de limba franceză presupune crearea unui echilibru între caracterul informativ și formativ al procesului de învățare, cel formativ fiind considerat prioritar. 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților este considerată atât ca o posibilitate de promovare a studentului, cât și ca o metodă de învățământ, de control și de apreciere a nivelului de cunoaștere a limbii la diferite etape ale procesului de instruire. Formele de evaluare sunt determinate de perioada de studiu, precum urmează:</p> <p>a) <i>Evaluarea curentă</i>: diagnosticarea, la începutul anului I, a nivelului de posedare a limbii; teste în scris; lucrări de control; recapitularea terminologiei sportive pe compartimente;</p> <p>b) <i>Evaluarea finală</i>: examen la sfârșitul sem. I și II.</p> <p><i>Cerințe de evaluare</i>. La aprecierea notei se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor(70%), de spiritul inventiv al studentului (30%).</p> <p>Controlul priceperilor și deprinderilor studenților se efectuează prin interogare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitelor tipuri de teste, iar examinarea finală se face prin teste în scris sau examen oral.</p> <p>Controlul poartă un caracter instructiv și ajută la depistarea lacunelor din cunoștințele studenților.</p> <p>Testarea în scris a cunoștințelor se efectuează după asimilarea anumitor compartimente din materia predată (la mijloc de semestru, la finele semestrului, la finele anului de învățământ).</p> <p>Sunt admiși la testări în scris la sfârșit de semestru și la examen doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.</p> <p>Studenții susțin examen în baza reușitei curente și a notei obținute la examen.</p>					

	Examenul final îi permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii franceze studiate și profresul obținut de student pe parcursul semestrului și al anului de studiu.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bouchard,J.-Ph., Les mots du sport, Editions du Seuil, Paris, 1996. 2. Florea, G. Le français du sport. București, 2002. 3. Pădureț, I Limba franceză. București, 1988. 4. Grammaire française. M.1969. 5. Belbenoit. G Le sport à l'école., 1973. 6. Exploits sportifs. M.1970. 7. Mon football (d'après Raymond Kopa), M.1984. 8. La gym, Chișinău, 2009 (elaborat de V. Brega). 9. Terminologia educației fizice și sportului. București: Ed.Stadion, 1974. 10. Lexique anglais / français des sports olympiques. Paris, 2001. 11. Dicționar sportiv român-francez, București, 2008. 12. Dicționar francez-român, român-francez, Chișinău, 1994. 13. Brega, V. Termes sportifs français d'origine étrangère, Chișinău, 2011. 14. Encyclopédie de la Pléiade, Jeux et sports. Gallimard, Paris 1967. 15. Tudose, C. Dicționar sportiv poliglot, Stadion, București, 1973. 16. Tudose, C. Vocabulaire Olympique en sept langues, Bucarest, 1971. 17. Revue Olympique. 18. Sport Europe. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Limba engleză II					
Titularul cursului		Birsa Elena					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G 02 O. 11	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedralimbi@mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	-	60	60	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea Educație Fizică.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentând rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată.• Însușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală.• Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă.• Însușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none">• Însușirea terminologiei de specialitate în limba engleză;• Participarea activă la interacțiunile verbale.						
	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none">• efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă;						

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate; • schițarea și scrierea planul unui text cunoscut. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • redactarea și corectarea , în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale; • audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; • pregătirea și prezentarea unor comunicari pe anumite teme; • explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizînd logic lexicul de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut; • extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață. • cunoașterea regulilor de reducere a unui text. 																																																																																																													
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="3">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>L/P</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>Winter Sports</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>2</td><td>The Olympic Games</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>3</td><td>The principles of the Olympic Movement</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td></tr> <tr><td>4</td><td>Olympic Movement</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>5</td><td>Pierre de Coubertain</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr> <tr><td>6</td><td>Football</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td></tr> <tr><td>7</td><td>Basketball</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>8</td><td>Volleyball</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>9</td><td>Handball</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>10</td><td>Judo</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>11</td><td>The Objectives of physical education</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>12</td><td>Martial Arts</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>13</td><td>Swimming</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>14</td><td>The Functions of physical education</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>15</td><td>Sports Nutrition</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>16</td><td>Trim your waistline , improve your health</td><td>6</td><td>4</td><td>2</td></tr> <tr><td>17</td><td>Sports Hygiene</td><td>5</td><td>4</td><td>1</td></tr> <tr><td>18</td><td>Revision</td><td>2</td><td>2</td><td>-</td></tr> <tr><td>19</td><td>Final Test</td><td>2</td><td>2</td><td>-</td></tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td> <td>120</td> <td>60</td> <td>30 ore+ lectura individuală 30 ore</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			Total	L/P	LI	1	Winter Sports	6	4	2	2	The Olympic Games	6	4	2	3	The principles of the Olympic Movement	5	4	1	4	Olympic Movement	6	4	2	5	Pierre de Coubertain	3	2	1	6	Football	3	2	1	7	Basketball	4	2	2	8	Volleyball	4	2	2	9	Handball	6	4	2	10	Judo	6	4	2	11	The Objectives of physical education	6	4	2	12	Martial Arts	6	4	2	13	Swimming	4	2	2	14	The Functions of physical education	6	4	2	15	Sports Nutrition	6	4	2	16	Trim your waistline , improve your health	6	4	2	17	Sports Hygiene	5	4	1	18	Revision	2	2	-	19	Final Test	2	2	-	Total		120	60	30 ore+ lectura individuală 30 ore	
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																																										
		Total	L/P	LI																																																																																																										
1	Winter Sports	6	4	2																																																																																																										
2	The Olympic Games	6	4	2																																																																																																										
3	The principles of the Olympic Movement	5	4	1																																																																																																										
4	Olympic Movement	6	4	2																																																																																																										
5	Pierre de Coubertain	3	2	1																																																																																																										
6	Football	3	2	1																																																																																																										
7	Basketball	4	2	2																																																																																																										
8	Volleyball	4	2	2																																																																																																										
9	Handball	6	4	2																																																																																																										
10	Judo	6	4	2																																																																																																										
11	The Objectives of physical education	6	4	2																																																																																																										
12	Martial Arts	6	4	2																																																																																																										
13	Swimming	4	2	2																																																																																																										
14	The Functions of physical education	6	4	2																																																																																																										
15	Sports Nutrition	6	4	2																																																																																																										
16	Trim your waistline , improve your health	6	4	2																																																																																																										
17	Sports Hygiene	5	4	1																																																																																																										
18	Revision	2	2	-																																																																																																										
19	Final Test	2	2	-																																																																																																										
Total		120	60	30 ore+ lectura individuală 30 ore																																																																																																										
<p>Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. In</p>																																																																																																													

	funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului II. Conținutul examenului prevede:</p> <p>Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului.</p> <p>Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu.</p> <p>Conversația pe o temă studiată.</p> <p>Traducerea lexicului de specialitate.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. P.F. Degtiariova P.F, M., „English” 1989. 2. А.В. Парахина, С.А.Тылкина «Учебник английского языка» - Москва, Высшая школа, 1982. 3. D. Melenciuc, E. Onofreiciuc „English for High School”- Chișinău, 2000. 4. V. Ștefănescu – Drăgănești “Basic English” (curs rapid de limbă engleză) Meteor – Press, 2002. 5. Ю. Галицынский «Грамматика английского языка» (сборник упражнений). Санкт Петербург, КАРО, 2006. 6. Ellen Henrichs – Kleinen „Gramatica limbii engleze”, Editura Niculescu, București, 2003. 7. “Keep the spirit Alive “International Olympic Academy, 2003. 8. American Celebrations (Peace Corps), 1996. 9. Dicționar Englez – Român și Român – Englez, Chișinău-2005. 10. C. Nedelcu, I. Murar, A.Bantaș, Dicționar român – englez, Teora București, România – 2001. 11. L. Levițchi /A.Bantaș, Dicționar englez – român, Teora București, România – 2001. 12. V.M. Timonova: „Быстрее, выше, сильнее”, М., 1988 Sport 4 x 100, М., 1968 Britain in Brief. М, 1993. 13. Oxford Advanced Learners Dictionary 2005. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica gimnasticii II					
Titularul cursului		Boiachin Ana/Jurat Valeriu					
Ciclul I	L	Codul cursului	S.02.O.12	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (P-prelegeri, S-seminar, LP - lecții practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	P	S	LP	LI	
		120	16	-	64	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica gimnasticii II” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior cu profil pedagogic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educației fizice capabili de a utiliza competențele profesionale în activitatea practică din cadrul activităților curriculare și extracurriculare cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului superior cu profil pedagogic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul științelor educației, specialitatea „Educație fizică”, prin implicarea acestuia în activități didactice, fiind asigurat procesul educațional;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și</p>						

	<p>tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Didactica gimnasticii II” este studiată în anul I, semestrul II, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>În opinia noastră, curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea continuă a unui sistem integral de cunoaștere, axat pe teoria științifică și metodică a gimnasticii contemporane. • Formarea și dezvoltarea competențelor profesional-pedagogice, priceperilor și deprinderilor de aplicare a cunoștințelor. • Formarea/dezvoltarea motivațiilor, atitudinilor generale de comportament civilizată de respectare a normelor didactice și deprinderilor comunicative în cadrul interacțiunii sociale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul procesului instructiv-educativ școlar în corespundere cu activitățile practicate; • Aplicarea metodelor specifice și a procedeele tehnice de instruire în corespundere cu specificul disciplinei; • Autoevaluarea obiectivă a necesității de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește modul sănătos de viață pentru diferit contingent.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Să însușească bazele teoretice și metodologice de predare-învățare-evaluare a gimnasticii ca disciplină de învățământ obligatoriu. 2.Să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele, procedeele de instruire calitativă și mijloacele de instruire ale procesului didactic. 3.Să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale. 4. Să însușească tehnica contemporană de executare a exercițiilor de gimnastică și să obțină rezultate la nivel de performanță și competență. 5. Să însușească tehnologia de asigurare, autoasigurare și acordare a ajutorului reciproc în cadrul învățării motrice. 6.Să cunoască metodologia desfășurării lecției de gimnastică cu divers contingent școlar. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor acțiunilor motrice etc.). 2.Să elaboreze și să realizeze proiectarea activității didactice adecvată la nivel calitativ a procesului de instruire. 3.Să posede aptitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză). 4.Să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. 5.Să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de instruire. <p>La nivel de integrare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Să elaboreze, să aplice și să autoevalueze diverse modele de activități didactice la nivel formativ-creativ. 2.Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului

	<p>instructiv-educativ.</p> <p>3.Să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competenței profesional-pedagogice.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Prelegeri	Leții practice	LI
		I. Cunoștințe generale(teoretice)	25	16		9
	1	Planificarea și evaluarea procesului de instruire	3	2		1
	2	Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică	4	2		2
	3	Organizarea și conținutul lecțiilor de gimnastică în școală	6	4		2
	4	Organizarea și desfășurarea manifestărilor și sărbătorilor de gimnastică	3	2		1
	5	Metodologia lucrului științific – 2 ore	3	2		1
	6	Specificul organizării și desfășurării lecțiilor de gimnastică cu contingent divers de subiecți – 2 ore	3	2		1
	7	Gimnastica netradițională – 2 ore	3	2		1
		II. Calități și capacități	95		64	31
	6	2.1 Exerciții de dezvoltare fizică generală	6		3	3
	7	2.2 Exerciții aplicative	3		1	2
	8	2.3 Exerciții de front și formații	4		2	2
	9	2.4 Exerciții la aparatele de gimnastică	54		38	16
10	2.5 Exerciții acrobatice	15		10	5	
11	2.6. Sărituri (cu și fără sprijin)	14		10	4	
	Total	120	14	66	40	
<p>Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt: cursul teoretic, lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică sau dezbateri, care poate include unele dezbateri, situații aplicative sau problematizate. Lecțiile practice se organizează sub diverse forme: de formare a competențelor specifice gimnasticii, de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului teoretic se organizează prezentări în Power Point, iar la lecțiile practice - diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> (diagnostică), orală și practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale, testări practice</i> a cunoștințelor, abilităților și competențelor profesionale formate, pentru a ști dacă sunt apti să se</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> (dinamică formativă), scrisă sau practică se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control (compartiment teoretic) și executare practică</i> (elemente de gimnastică) petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură are loc formarea competențelor specifice conform obiectivelor înaintate. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> (sumativă), scrisă și practică, de bilanț se efectuează conform planului de studii sub forma de testări practice și prin examen (scris sau oral). Testele de examinare teoretică includ cele trei nivele de apreciere: cunoaștere, aplicare, integrare, iar cele practice se efectuează conform baremelor specifice gimnasticii.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>30%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>10%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	30%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	10%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	30%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	10%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Buftea V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. Material didactic, Chișinău, 2003, 68 p. 2. Carp, I., Jurat, V. Formarea și evaluarea competențelor profesionale ale studenților facultății de pedagogie. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Mat. conf. științ. internaț. 6 decembrie 2019, Chișinău: USEFS, (Tipogr. „Valinex”, SRL), pp. 11-14. ISBN 978- 9975-131-78-0 3. Cod de punctaj. Gimnastica artistică Masculină. Federation internationale de gymnastique. Ediția 2006. 4. Crețu Carmen. Psihologia succesului. Polirom: , Iași, 1997, 229 p. 5. Crișan Al., Guțu Vl. Proiectarea curriculumu-lui de bază //Ghid metodologic, Chișinău, 1996, 139 p. 6. Curriculum de bază. Documente reglatoare. Coord.: Musteață S., N. Bucun, V. Guțu, Crișan Al., Chișinău, 1996, 86 p. 7. Didactica gimnasticii. Curriculum disciplinar pentru studenții instituțiilor superioare de învățământ. Specialitatea: Educație fizică/Psihopedagogie. Coord. șt. Teodor Grimalschi, Chișinău, 2009. 8. Filipenco E., Buftea V. Gimnastica: Exerciții acrobatice. Lucrare metodică. Chișinău. „Valinex”, 2016, 66 p. ISBN 978-9975-68-296-1. 9. Filipenco E.M., Килюк P.A., Tolmaciov P.E. Gimnastica sportivă de masă, Chișinău: Cartea moldovenească, 1987, 199p. 10. Filipenco E., Moga C., Boiachin A. Dicționar terminologic de gimnastică (rus – român). Chișinău: Capașina-Print, 2018, 72 p. ISBN 978-9975-3231-2-3. 11. Filipenco E.M., Carp Iu. Dicționar terminologic de gimnastică. (român-rus), Chișinău: Valinex, 2006, 51p. 12. Gimnastica și metodică predării. Curriculum universitar. Coord.: T. Grimalschi, Chișinău: Reclama, 2002, 75 p. 13. Grimalschi T., Simion Gh. Gimnastica //Îndrumar metodico-terminologic. Ed. Universității din Pitești, 1999, 270 p. 14. Grimalschi T. Modele de proiecte didactice. Curriculum național, Chișinău, 2001, 26 p. 15. Grimalschi T. Tehnologia proiectării obiectivelor pedagogice în contextul învățământului curricular, Chișinău: Reclama, 2005, 20 p. 16. Grimalschi T. și col. Educația fizică pentru clasele I-IV, V-IX, X-XII, //Ghid metodologic pentru profesori, Chișinău: Univers pedagogic, 2007. 											

17. Grimalschi T., Ciuraru E., Stoțchii L. Dicționar de termeni sportivi român-rus, Chișinău: Reclama, 2006, 94 p.
18. Guțu VI. Teoria și metodologia proiectării curriculumului universitar în contextul reformei învățământului în Republica Moldova, Chișinău, 2000, 69 p.
19. Jurat V., Moga, C. Didactica gimnasticii. Acrobatica. Recomandări metodice pentru studenții USEFS privind însușirea tehnicii exercițiilor acrobaticе. Chișinău: S.n., 2020 (Tipogr. „Print-Caro”). 116p. ISBN 978-9975-56-736-7
20. Jurat V. Planificarea și evaluarea în procesul de instruire la gimnastică. Recomandări metodice, Chișinău, 2003, 36 p.
21. Pîslaru V., Papuc L., Negură G. Și a. Evaluarea. În construcție și dezvoltare curriculară. Cadrul teoretic. Cap.IV, Chișinău.: Î.S.F.E.P. „Tipografia centrală”, 2005, p. 47-75.
22. Potop, V., Jurat, V., Buftea, V. Dezvoltarea orientării spațio-temporale cu ajutorul mijloacelor din gimnastică la elevii treptei gimnaziale. În: Sport. Olimpism. Sănătate: Congresul Științific Internațional. Ediția III. USEFS, Chișinău, Republica Moldova, 13-15 septembrie 2018, pp.83-84. ISBN 978-9975-131-65-0.
23. Șipilova S.Gh. Gimnastica pentru femei, Chișinău: Cartea moldovenească, 1985, 88 p.
24. Tolmaciov P.E., Filipenco E.M. Gimnastica pentru bărbați, Chișinău: Cartea moldovenească, 1985, 85 p.
25. Баршай В.М., Курьсь В.Н., Павлов И.Б. Гимнастика: учебник – изд.2-е, доп. и перераб. – Ростов н/Д : «Феникс», 2011 – 330 с. ISBN 978-5-222-17668-9
26. Баршай В.М., Курьсь В.Н., Павлов И.Б. Гимнастика: учебник – изд.3-е, доп. и перераб. – М. : КНОРУС, 2013 – 312 с. ISBN 978-5-406-02356-3
27. Гимнастическое многоборье. Женские виды. Под. ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1986, 336с.
28. Гимнастическое многоборье. Мужские виды. Под. Ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1987, 480 с.
29. Гимнастика и методика преподавания. Учебник для институтов Физкультуры. Под. ред. В.М.Смолевского, М.: Физкультура и спорт, 1987, 336 с.
30. Журат В.И., Алексеева, М.В. Методика проведения педагогического анализа занятий по физической культуре. Методические рекомендации для студентов факультета физической культуры и спорта, учителей физической культуры. Кишинэу: Б.и., 2020 (Типogr. ”Valinex”). 73 p. ISBN 978-9975- 68-403- 3
31. Палыга В.Д. Гимнастика. Учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов по спец. № 2114. Физическое воспитание, М.: Просвещение, 1982, 288 с.
32. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. Учеб. для студ. высш. учеб. Заведений, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003, 448 с.
33. Правила соревнований – женская спортивная гимнастика. Federation internationale de gymnastique, Изд. 2006.
34. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999, 409 с.
35. Спортивная гимнастика. Под. общ. ред. Ю.К.Гавердовского и В.М.Смолевского, М.: Физкультура и спорт, 1979, 327 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica jocului de baschet					
Titularul cursului		Bragarenco Nicolae					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 02 O. 13	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	16	-	64	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica jocului de baschet” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina „Didactica jocului de baschet” prin obiectivele și conținuturile didactice programate prevede acumularea cunoștințelor teoretice, formarea deprinderilor motrice generale și utilitar-aplicative, însușirea metodicii predării jocului de baschet, precum și formarea deprinderilor profesional-organizatorice necesare pentru desfășurarea independentă a orelor de educație fizică și a activităților extracurriculare cu elevii din sistemul învățământului preuniversitar.</p> <p>Curriculumul Didactica jocului de baschet este elaborat în conformitate cu cerințele actuale ale învățământului formativ ce asigură realizarea obiectivelor educaționale și a conținuturilor didactice și, în ansamblu, contribuie la formarea competențelor profesionale în domeniul educației fizice școlare.</p> <p><i>Obiectivele generale ale disciplinei:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Facilitarea integrării sociale a personalității studentului prin crearea condițiilor favorabile pentru dezvoltarea și realizarea maximă a potențialului intelectual și creativ;• Dezvoltarea competențelor pedagogice pentru realizarea obiectivelor educaționale din curriculumul disciplinar școlar;• Valorificarea analitico-sintetică și implementarea pragmatică a cunoștințelor teoretico-practice prin tehnologii didactice moderne. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi de performanță profesională.</p> <p>Conținuturile curriculare vor contribui la realizarea obiectivelor-cadru și a</p>						

	<p>celor de referință ale planului de învățământ, fiind structurate în baza principiilor consecutivității și accesibilității.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a conținuturilor, în vederea formării competențelor specifice disciplinei și a celor profesional-pedagogice.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educație fizică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea aspectelor teoretice metodice și aplicative din domeniul educației fizice, prin conexarea diferitor discipline școlare, demonstrând atitudine și perseverență.. • Practicarea diferitor mișcări / procedee/ acțiuni specifice din baschet formând motivație de practicare continue și propagare sistematică jocului în rândul generației în creștere. • Explorarea deprinderilor motrice și priceperilor organizatorico-pedagogice cu precădere din domeniul metodicii predării/învățării baschetului în școlile învățământului preuniversitar, demonstrând motivației de practicare continue și propagare sistematică a activităților motrice. • Valorificarea culturii estetice și tactului pedagogic ale viitorului specialist din domeniul educației fizice și sportului. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea abilităților profesionale și pedagogice în rezolvarea sarcinilor complexe în cadrul activităților din învățământul formal și nonformal al elevilor din învățământul general; • Aplicarea tehnologiilor didactice moderne în practica profesională specifice domeniului; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește disciplina de studiu.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ apariția și evoluția etapizată a jocului de baschet pe plan internațional și național; ➤ tendințele și evoluția regulilor competiționale; ➤ legitățile clasificării elementelor și procedeele tehnice de joc; ➤ sistematizarea acțiunilor tactice de joc în atac și apărare; ➤ formele de practicare a baschetului în sistemul învățământului preuniversitar și complementar; ➤ organizarea și desfășurarea competițiilor de baschet; ➤ tehnica și metodică arbitrajului jocurilor de baschet. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ executa și demonstra elementele și procedeele tehnice precum și aplicarea lor în acțiunile de joc; ➤ aplica variantele de bază ale acțiunilor tactice în atac și apărare; ➤ modela conținuturi didactice specifice jocului de baschet; ➤ implementa în conținutul jocului de baschet variante, sisteme de acțiuni tactice; ➤ organiza și desfășura competiții la baschet. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ pregătirea profesional pedagogică de activitatea didactică ulterioară; ➤ organizarea și desfășurarea practicii pedagogice în instituții școlare de toate treptele de învățământ; ➤ elaborarea și perfectarea documentelor școlare ce țin de organizarea activităților instructive în școală, gimnazii, licee;

➤ demonstrarea capacității de organizare, dirijare și deservire a meciurilor de baschet.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Leții pract.	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Istoria și evoluția jocului de baschet. Tendințe contemporane de dezvoltare a baschetului pe plan internațional și național.	2	2		
	2.	Bazele regulamentare ale jocului de baschet. Metodica și mecanica arbitrajului meciurilor de baschet.	6	2		4
	3.	Clasificarea și caracteristica tehnicii jocului de baschet.	4	2		2
	4.	Strategia și tactica jocului de baschet. Clasificarea și caracteristica acțiunilor tactice.	4	2		2
	5.	Tehnica jocului de baschet, metodica predării / învățării procedeele tehnice.	2	2		
	6.	Tactica jocului de baschet, metodica predării / învățării acțiunilor tactice.	2	2		
	7.	Bazele metodice de organizare și desfășurare a lecțiilor cu conținut de baschet.	4	2		2
	8.	Tendințe contemporane de dezvoltare a jocului de baschet pe plan internațional și național.	2	2		
	9.	Metodica arbitrajului jocului de baschet. Utilajul și documentația necesară desfășurării meciurilor de baschet. Drepturile și obligațiunile arbitrilor.	2	2	2	
	10.	Tehnica și tactica jocului de baschet. Clasificări și caracteristici.	2		2	
	11.	Tehnica în atac. Tehnica jocului cu și fără minge.	10		10	
	12.	Tehnica în apărare. Tehnica jocului fără minge, tehnica jocului de recuperare / interceptarea mingii.	4		4	
	13.	Tactica în atac. Acțiuni tactice individuale, de grup și de echipă (colective).	10		10	
	14.	Tactica în apărare. Acțiuni tactice individuale, de grup și colective.	4		4	
	15.	Metodica învățării procedeele tehnice în atac.	6		4	2
	16.	Metodica învățării procedeele tehnice în apărare.	6		4	2
	17.	Metodica învățării acțiunilor tactice individuale și de grup în atac.	6		4	2
	18.	Metodica învățării acțiunilor tactice colective în atac	8		4	4
	19.	Metodica învățării acțiunilor tactice individuale. De grup și colective în apărare.	6		4	2
	20.	Repere metodice de proiectare și elaborare a conținutului didactic al	8		4	4

		lecției de baschet.				
	21.	Organizarea și desfășurarea lecțiilor de baschet (partea pregătitoare și integrală).	16		6	10
	22.	Metodica deservirii meciurilor de baschet.	6		2	4
	Total		120	16	64	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Scopul instruirii constă în formarea la studenți a deprinderilor motrice specifice jocului de baschet, deprinderilor organizatorico-pedagogice și a modalităților de aplicare în practică a cunoștințelor acumulate în cadrul cursului de baschet.</p> <p><i>La lecțiile de curs/ teoretice</i> studenții sunt familiarizați cu istoria apariției jocului, cu elementele și procedeele tehnice de bază, acumulează cunoștințe în domeniul teoriei și metodicii jocului de baschet precum și se cunosc cu bazele regulamentare de organizare și desfășurare a competițiilor. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, prelegere problematizată</p> <p><i>La lecțiile practice</i> studenții practică exerciții pregătitoare, ajutoare și speciale, în vederea însușirii procedeelor tehnico-tactice necesare jocului. Își formează deprinderi de dirijare și arbitraj la jocul de baschet.</p> <p>Studenții, conform sarcinilor propuse de profesor prezintă și desfășoară complexe de exerciții pentru învățarea tehnicii jocului, întocmesc proiecte didactice a unei din părțile lecției și, chiar ale lecției integrale. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, prezentarea practică, desfășurarea activităților prin joc. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. etc.</p> <p>Tot aici studenții organizează independent competiții sportive pe care le arbitrează și completează documentația respectivă. Acumularea cunoștințelor, deprinderilor și priceperilor se consolidează și se perfecționează anume în timpul practicii pedagogice ce se desfășoară conform planului de studii.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială noninstrumentală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate prin alte discipline practice ale planului de învățământ.</p> <p>2. Evaluarea formativă care se efectuează sub forma de <i>prezentare și organizare a secvențelor de lecție specifică jocului de baschet cu colegii din grupă</i> a le cursului. și <i>activități individuale de proiectare didactică</i>. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină în cadrul cursului. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea practică				20%	
	Nota lucrul individual				20%	

<p style="text-align: center;">Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Curriculum pentru învățământul primar</i>, aprobat la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1124 din 20 iulie 2018. 2. Curriculum național. Aria curriculară <i>Sport</i>. Curriculum la disciplina <i>Educație fizică</i>, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019. 3. Ghidul de implementare a curriculumului la disciplina <i>Educație fizică</i>, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019. 4. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chșn., 2016, P. 7 – 25 5. Ciorbă C. Baschetul la 8-12 ani. Universitatea „I.Creangă”. Chișinău, 2001. 130 p. 6. Ciorbă C. Baschet curs grafic. Editura PIM. Iași, 2006. 122 p. 7. Cucereavii O. Baschet chestionar de reguli. Chișinău, 2005. 36 p. 8. Cucereavii O., Scutelnic V., Comarnițchi I. Interpretarea regulamentului jocului de baschet (ghid metodic: gesturi și reguli). Chișinău, 2012. 90 p. 9. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. 147 p. 10. Fleancu L., Ciorbă C., Baschet îndrumar practico-metodic. Edit. Cultura. Pitești, 2001. 292 p. 11. Negulescu C., Bazele generale ale metodicii predării jocului de baschet (Curs de bază – Partea a II-a). București: Fundația Universitară „România de mâine”, 2000, 117p 12. **** Regulamentul oficial al jocului de baschet, FIFA, 2020. 100 p. 13. Rotaru A., ș. a., Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). Chșn., 2007, P. 7 – 32 14. Rotaru A. Baschet (curs de bază). Curriculum de bază, Chșn., 2015, 17 p. 15. Портонов Ю.М. Баскетбол. – М., 1997. – 476 с.
---	--



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica înotului I					
Titularul cursului		Stepanova Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O.14	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	3		Limba de instruire				
Ore de contact direct		60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	14	-	46	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica înotului I” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului I secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice, aplicativ și integrativ la catedra „Natație și turism” USEFS.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățării înotului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul Educației fizice, capabili de a utiliza elementele de învățare a înotului în cadrul activităților nautice desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiectivele cadru ale învățării înotului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul educației fizice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea caracteristicilor înotului sportiv și al celui aplicativ, care va asigura abordarea complexă a elaborării programelor de instruire la înot;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional prin achiziția de capacități și atitudini pe parcursul anilor de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. I, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor privind instruirea în proba de natație; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina “Didactica înotului I” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. <p>Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului; - să cunoască metodele și procedeele de învățare a exercițiilor de înot; - să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeelelor sportive și înotul aplicativ în cadrul structurii lecției de înot; - să cunoască metodica reglării efortului fizic în cadrul lecției; - să poată organiza, desfășura și arbitra competițiile de înot; - a participa, organiza la manifestările de salvare de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor; - să determine noțiunile de bază ale cercetărilor pedagogice, metodele de cercetare, lucrul cu literatura. - să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze și să utilizeze în scop didactic proiectul didactic a lecției de înot în cadrul practicării; - să selecteze și să aplice exerciții pregătitoare și speciale pentru învățarea elementelor tehnice de bază a procedeelelor de înot; - să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație, coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; - să desfășoare etapa pregătitoare ale lecției de înot pe uscat conform proiectului didactic; - să interpreteze corect salvarea de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor. <p style="text-align: center;">La nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în proiectarea didactică; - să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; - să explice și să execute expresiv exercițiile de înot; - să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative;

- să încadreze în cadrul lecției elemente de cercetare științifică.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Practico- metodice	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Introducere în natație. Bazele generale ale înotului sportiv	4	2		2
	2	Tehnica înotului sportiv, starturilor și întoarcerilor	4	2		2
	3	Învățarea înotului	6	4		2
	4	Bazele tehnice ale înotului aplicativ	6	4		2
	5	Organizarea și desfășurarea competițiilor la înot	4	2		2
	6	Învățarea exercițiilor pregătitoare pentru acomodarea cu apa	4		2	2
	7	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare în procedeul craul pe piept, spate	2		2	
	8	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate	2		2	
	9	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate în coordonare cu respirația.	4		2	2
	10	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare în stilul fluture.	2		2	
	11	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe fluture	2		2	
	12	Învățarea coordonării mișcărilor de picioare, brațe și respirație în procedeul fluture	4		2	2
	13	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, pe spate, fluture în coordonare cu respirația	2		2	
	14	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare cu respirația	2		2	
	15	Perfecționarea tehnicii înotului în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare deplină	2		2	
	16	Învățarea tehnicii a mișcărilor de picioare bras	4		2	2
	17	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras cu reținerea respirației și în coordonare cu respirația	2		2	
	18	Învățarea tehnicii înotului în procedeul bras în coordonare deplină	4		2	2
	19	Învățarea tehnicii întoarcerilor în procedeul craul pe piept și spate	2		2	
	20	Învățarea tehnicii a mișcărilor de picioare bras	2		2	
	21	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe, picioare, respirație în stilurile craul pe piept, spate, fluture și bras	4		2	2
	22	Învățarea și perfecționarea tehnicii startului de pe blocul de start și din apă	2		2	

	23	Învățarea și perfecționarea tehnicii înotului mixt cu executarea corectă a întoarcerilor	4		2	2
	24	Perfecționarea parcurgerii distanțelor în procedeele craul pe piept, spate, fluture și bras cu efectuarea corectă a starturilor și întoarcerilor	2		2	
	25	Învățarea tehnicii procedeului aplicativ de înot pe o parte	4		2	2
	26	Învățarea tehnicii procedeului aplicativ de înot bras pe spate	4		2	2
	27	Învățarea tehnicii scufundărilor în adâncime, lungime și plonjărilor în procedeul bras și craul pe piept. Învățarea tehnicii procedeelor de transportare și de eliberare de încheștările victimei	4		2	2
	28	Învățarea succesiunii parcurgerii ștafetei mixte și ștafetei de stil liber la distanța de 4x50 m, comb., 4x50 m. stil liber	2		2	
	Total		90	14	46	30
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă,</p>					

	învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor). Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.	
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarenco T. Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013 2. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Măine, 2012. 3. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 4. Maglischo E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 5. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 6. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 7. Булгакова Н. Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 8. Булгакова Н. Познакомьтесь – плавание. Москва: Астрель, 2002. 9. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 10.Ганчар И. Л. – Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, «Друк», 2006. 11.Макаренко Л. П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 12.Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. Киев.: Олимпийская литература, 2000, 495 с. 13.Степанова Н. Исследование основных средств и методов совершенствования старта в плавании Materialele congresului științific internațional “Sport, Olipism, Sănătate”. Chișinău: USEFS, 05-08.10. 2016, Vol. II, - P. 320 . 14.Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I,II Киев, Олимпийская литература, 2011. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Biomecanica					
Titularul cursului		Dorgan Viorel					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.03.O.15	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Probe Sportive Individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	16	-	30	44	
Nota de prezentare	<p>Cadrul conceptual. Cursul de biomecanică ține să familiarizeze studenții cu bazele biomecanice ale exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive în vederea utilizării eficiente a exercițiilor fizice în calitate de mijloc al educației fizice, precum și ca mijloc de sporire a măiestriei sportive.</p> <p>Sugestii metodologice. Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Bazele biomecanicii generale.2. Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <p>- Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală</p> <p>- Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive.</p> <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de laborator.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">- Formarea unui sistem de concepte privind biomecanica exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive.- Însușirea legităților biomecanice de analiză a tehnicii și tacticii mișcărilor.- Realizarea principiilor biomecanice de modelare și optimizare a acțiunilor motrice. <p>Competențe transversale:</p>						

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> - interpretarea concepțiilor privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele vii; - definirea corpului omnia ca sistem biomecanic; - determinarea caracteristicilor cinematice și dinamice ale mișcărilor omului; - identificarea biomecanică a calităților motrice; - descrierea sistemelor de mișcări și dirijarea acestora; - estimarea potențialului motric individual și de grup al oamenilor; - argumentarea biomecanică a măiestriei sportive. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La finalizarea cu succes a disciplinei formabilul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Să interpreteze concepțiile privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele vii; ➤ Să definească corpul uman ca sistem biomecanic; ➤ Să determine caracteristicile cinematice și dinamice ale mișcărilor omului; ➤ Să identifice din punct de vedere biomecanic calitățile motrice; ➤ Să descrie sistemele de mișcări și dirijarea acestora; ➤ Să estimeze potențialul motric individual și de grup al oamenilor; ➤ Să argumenteze din punct de vedere biomecanic măiestria sportivă. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Obiectul de studiu și conținutul biomecanicii	10	2	4	4
	2	Corpul uman ca sistem biomecanic	12	2	4	6
	3	Caracteristicile cinematice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	4	Caracteristicile dinamice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	5	Bioenergetica acțiunilor motrice. Biomecanica calităților motrice.	12	2	4	6
	6	Sistemul de mișcări. Dirijarea sistemului de mișcări.	12	2	4	6
	7	Particularitățile individuale și de grup ale motricii omului.	8	2	2	4
8	Argumentarea biomecanică a măiestriei sportive.	12	2	4	6	
	Total	90	16	30	44	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bazele biomecanicii generale. 2. Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <p>Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală. Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive.</p> <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de laborator.</p>					
	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului universitar prin prisma raportului dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de învățare. Ea se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități, și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe, capacități și atitudini.</p> <p>Evaluarea va conține următoarele condiții, criterii și forme. Studentul va fi</p>					

Strategii de evaluare	obligat să aibă o prezență de 70 % la curs și 80% - la lecții practice și de laborator. De asemenea se va ține cont de participarea activă la dezbaterile pe marginea tematicii de curs și la lecții practice și de laborator, realizarea unui proiect sau a unui referat la alegere. Nota finală va constitui 60% - evaluare curentă și 40 %- evaluare finală.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budescu E. Biomecanica generală. Iași, 2013. 2. Buzescu A. Anatomie și biomecanică - Ed. Bren (acreditată CNCSIS), București, 2014. 3. Gavrilescu D. Noțiuni de biomecaică cu aplicație în educație fizică și sport. București, 2007 4. Ifrim M. Biomecanica generală. București, 1980. 5. Sbenghe T. Kinesiologie. București, 2008. 6. Freivalds A. Biomechanics of the upper limbs: mechanics, modeling, and musculoskeletal injuries. London, 2004 7. Донской Д. Биомеханика. Москва, 1975. 8. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. Москва, 1979. 9. Дубровский В., Федорова В. Биомеханика. Учебник для вузов. Москва, 2008. 10. Зациорский В. Биомеханика двигательного аппарата человека. Москва, 1981. 11. Коренберг В. Основы качественного биомеханического анализа. Москва, 1979. 12. Коренберг В. Лекции по спортивной биомеханике. Москва, 2011. 13. Лапутин А. Обучение спортивным движениям. Киев, 1986. 14. Сотцкий Н., Киселёв В. Практикум по биомеханике. Минск, 1997. 15. Сотцкий Н. Биомеханика. Минск, 2005. 16. Темерева В. Е., Шульгин Г. Биомеханика двигательной деятельности (Лабораторные задания) Практикум по дисциплине. Малаховка, 2018. 17. Уткин В. Биомеханика физических упражнений. Москва, 1989. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Psihologia generală					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/Razmireț Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O.16	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii <i>Psihologia generală</i> este parte componentă a Științelor Psihopedagogice și Socioumaniste prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul vizat în aspect cognitiv, formativ, aplicativ și integrativ la programele de studiu vizate.</p> <p>Contextul învățământului actual, mobil, flexibil cu disponibilități multiple de modificare și reglare funcțională, de adaptare la condițiile schimbătoare ale realității, obligă pregătirea în cadrul instituției a unei personalități complexe, cu spirit de inițiativă, abile de a aplica cunoștințele obținute și a integra eficient în activitatea profesională.</p> <p>Schema logică a conținuturilor la <i>Psihologie generală</i> conține trei componente esențiale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O componentă generală, abstractă, introductivă, în care se prezintă aspectele metodologice, epistemologice, filosofice și semantice ale psihologiei ca știință.2. O componentă analitică, întemeiată pe operațiile de descompunere și delimitare a sistemului psihic în procese și funcții individuale specifice, precum și pe analiza acestor funcții și procese psihice, din punctul de vedere al conținutului, al mecanismelor de realizare și al rolului pe care îl joacă în ansamblul sistemului psihocomportamental.3. O componentă logic concretă (integrativă), prin care se face restabilirea tabloului inițial al vieții psihice în diversitatea și specificitatea determinărilor sale interne de structură și funcționare. Această porțiune va sta sub egida unui concept nou, cu valoare integrativă supraordonată, conceptul de personalitate. Acest concept circumscrie conținutul tuturor celorlalte noțiuni din psihologie, inclusiv pe						

	<p>cea de sistem psihic.</p> <p>În mod deosebit menționăm rolul studierii psihologiei pentru studenții din cadrul programelor de studiu vizate, deoarece cunoașterea legităților dezvoltării personalității, a proceselor cognitive, particularităților comportamentale ale persoanelor constituie fundamentarea teoretică și indică căile practice de integrare profesională eficientă a viitorilor specialiști.</p> <p>Studiul fenomenelor psihologiei generale conduce la:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea cât mai adecvată a mecanismelor de declanșare, manifestare, dezvoltare a proceselor stărilor, însușirilor psihice a personalității umane. - Cunoașterea comportamentelor indivizilor în condițiile activităților profesionale. - Dobândirea de către viitorii specialiști a cunoștințelor utile pentru dezvoltarea imaginii pozitive despre sine și pentru aplicarea în întreaga activitate și viață a mecanismelor de autoreglare a stărilor psihocomportamentale.
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe acțional-strategice <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. 4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. 5. Competențe interpersonale, civice, morale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască concepte psihologice de bază și a importanței acestora pentru înțelegerea personalității și a relațiilor interpersonale. - să definească, să reproducă, conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studii (psihologia, procese psihice, procese psihice cognitive, stări psihice, însușiri psihice, personalitate, etc.);

Finalități și performanțe la curs/modul

- să descrie procedeele și strategiile folosite pentru atingerea unor anumite scopuri educaționale;
- să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei;
- să precizeze obiectul de studiu al psihologiei pe baza argumentelor științifice și empirice;
- să cunoască procesele psihice pe baza algoritmului de definire, precizând: conținutul informațional, funcțiile și structurile operaționale, modalitățile subiective și comportamentale;
- să evidențieze specificul conștiinței, particularitățile din care rezultă că ea s este factorul principal al integrării informaționale și al reglajului;
- să utilizeze corect termenii specifici limbajului psihologic prin distingerea sensului lor de cel din limbajul comun;
- să recunoască, în context diferite, informații de ordin psihologic;
- să distingă elementele de unitate și diversitate psihologică a persoanelor;

La nivelul de aplicare:

- să stabilească rolul și importanța activității psihice în viața omului;
- să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională;
- să aplice procedee de antrenare, stimulare și dezvoltare a percepției, memoriei, atenției, gândirii, imaginației;
- să identifice interacțiunile dintre procesele psihice;
- să analizeze componentele personalității și modul lor de relaționare;
- să precizeze/analizeze interacțiunile dintre procesele psihice în conturarea sistemului de personalitate;
- să argumenteze rolul Eu-lui ca factor integrator al personalității;
- să stabilească raporturi între trăsăturile de personalitate și procesele psihice;
- să utilizeze cunoștințele de psihologie în realizarea autocaracterizării și caracterizării psihologice a colegilor, prietenilor etc.;
- să realizeze analizele ale unor comportamente reale sau preluate din literatură, istorie, folosind adecvat limbajul psihologic;
- să elaboreze sinteze tematice, evidențiind domenii de aplicație practică a psihologiei;
- să analizeze manifestarea dimensiunilor personalității în contextul dinamicii de grup;
- să propună ipoteze personale pentru explicarea unor fenomene psihice;
- să emite judecăți de valoare asupra unor enunțuri cu conținut psihologic;
- să utilizeze strategii creative pentru rezolvarea unor probleme teoretice și practice.

La nivelul de integrare:

- să elaboreze obiective, conținuturi, strategii didactice în realizarea cadrului profesional în conformitate cu particularitățile psihologice;
- să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele, legitățile, particularitățile de dezvoltare.
- să aplice secvențe din psihologie în efectuarea cercetărilor științifice în domeniul educației fizice și sportului;
- să inițieze procese de psihodiagnostic, consiliere psihologică, psihoprofilaxie etc. în cazurile problema identificare în cadrul activității profesionale și celei sociale;
- să realizeze convorbiri, expuneri, caracterizări de factură psihologică și să realizeze adecvat la solicitările exprimate în limbaj psihologic;
- să manifeste receptivitate cunoașterea și comunicarea interpersonală;
- să precizeze contribuția psihologiei în procesul educației, în general, și în procesul propriei formări, în special.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Noțiuni generale despre psihologie. Importanța studierii psihologiei în procesul de formare profesională.	6	2	1	3
	2	Psihicul uman.	6	2	1	3
	3	Psihologia activității.	6	2	1	3
	4	Procese psihice senzoriale: Senzațiile.	6	2	1	3
	5	Procese psihice senzoriale: Percepția.	6	2	1	3
	6	Procese psihice senzoriale: Reprezentarea.	6	2	1	3
	7	Procese psihice cognitive superioare: Gândirea.	6	2	1	3
	8	Procese psihice cognitive superioare: Memoria;	6	2	1	3
	9	Procese psihice cognitive superioare: Limbajul, imaginația și creativitatea;	6	2	1	3
	10	Procese psihice afective.	6	2	1	3
	11	Procese psihice reglatorii: Voința. Motivația.	6	2	1	3
	12	Procese psihice reglatorii: Atenția.	6	2	1	3
	13	Sistemul de personalitate. Personalitatea	6	2	1	3
	14	Particularitățile psihologice ale personalității: Temperamentul.	6	2	1	3
	15	Particularitățile psihologice ale personalității: Caracterul. Aptitudinile.	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Controversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară, Scrierea liberă; Studiu de caz.</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm</p>					

	<p>caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Allport G. W., Structura și dezvoltarea personalității, București, Editura Didactică și Pedagogică, 1991. 2. Bolboceanu A., Vrînceanu M., Ghid de psihologie, Chișinău, 1996. 3. Bonchiș, E., Secui, M., coord. – Psihologia vârstelor, Editura Universității din Oradea, 2004, p. 285. 4. Bota A., Exerciții fizice pentru o viață activă. Activități motrice pentru timp liber. București: Cartea Universitară. 2006 Ciobanu C., Psihologia educației. Chișinău. 2006. 5. Cosmovici A., Psihologie generală. Iași: Polirom, 1996. 6. Dumitriu C., Psihologia educației. Bacău. 2014. 120 p. 7. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 345 p. 8. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. 9. Gonciaruc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015. p. 36-41. 10. Gonciaruc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specific educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. ISBN 978-9975-68-275-6 209 pagini. 11. Gonciaruc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46. 12. Gonciaruc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014.p. 535-540. 13. Gonciaruc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014 p.596-603. 14. Gonciaruc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014, p. 13-18. 15. Gonciaruc Sv. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015, p. 36-41. 16. Gonciaruc Sv., Leșcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIA FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica atletismului II					
Titularul cursului		Svecla Svetlana					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.03.O.17	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	120	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	atletism.usefs@ail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	-	100	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica Atletismului-II” este parte componentă a planului de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educație Fizică, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului Didactica Atletismului - II, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educație fizică;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an. II, sem. III, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educația fizică.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului; ▪ Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice; ▪ Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice - prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului; ▪ Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale educației fizice; ▪ Cunoașterea bazelor tehnicii a probelor sportive din atletism; ▪ Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de lecția de educația fizică. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Formarea capacităților profesional - pedagogice, aplecarea cunoștințelor formate în practică. ▪ Formarea conținut a competențelor profesionale în tipologia desfășurării procesului de instruire. 						
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea caracteristicilor sociale și pedagogice ale atletismului ca obiect de studiu în sistemul educațional al educației fizice și sportive. ▪ Cunoașterea bazelor tehnicii probelor atletice. ▪ Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism în școli; ▪ Explice tehnologia organizării diferitelor tipuri de lecții și caracteristica metodelor de desfășurare a lor; ▪ Să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică atletismului ▪ Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de lecția de educația fizică. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Selecteze conținutul didactic și metode de organizare a procesului de instruire a diferitelor tipuri de lecții. ▪ Să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică atletismului; ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul competiții lor la atletism. ▪ Aplicarea corectă a priceperilor și deprinderilor de desfășurare a lecțiilor de atletism în școală. ▪ Selectarea și sistematizarea mijloacelor și metodelor de bază folosite la instruirea tehnicii probelor de alergări, sărituri și aruncări. ▪ Participarea activă la dezbateri la orele de curs. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lecția de atletism în instituțiile de învățământ preuniversitar. ▪ Organizarea, desfășurarea și conținutul lecțiilor de atletism în învățământul liceal. 						
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/ o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>				
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Practica</p>	<p align="center">LI</p>	
1			Introducere în obiect. Atletismul ca obiectul de studiu.	4	2		2
2			Bazele tehnicii marșului sportiv și alergării	7	4		3
3			Bazele tehnicii săriturilor atletice	7	3		4
4			Bazele tehnicii aruncărilor atletice	7	3		4
5			Lecția de atletism în instituțiile preuniversitare	14	6		8
6			Organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism în școală	9	2		7
7			Instruirea tehnicii alergării de garduri	8		6	2
8			Instruirea tehnicii săriturii în lungime prin procedeul „Forfecare”	10		8	2

	9	Instruirea tehnicii săriturii triple	8		6	2
	10	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime prin procedeul Fosbury- flop”	8		6	2
	11	Instruirea tehnicii aruncării suliței	10		8	2
	12	Instruirea tehnicii aruncării discului	10		8	2
	13	Perfecționarea tehnicii alergării de viteză	8		6	2
	14	Perfecționarea tehnicii alergării de ștafetă	8		6	2
	15	Perfecționarea tehnicii săriturii în lungime prin procedeul „Ghemuit”	8		6	2
	16	Perfecționarea tehnicii săriturii în lungime prin procedeul „Extensat”	8		6	2
	17	Perfecționarea tehnicii săriturii în înălțime prin procedeul „Pășire”	8		6	2
	18	Perfecționarea tehnicii alergărilor de semifond - fond	8		6	2
	19	Perfecționarea tehnicii alergarea pe teren variat	8		6	2
	20	Perfecționarea tehnicii aruncării mingii mici	8		6	2
	21	Perfecționarea tehnicii aruncării grenadei	8		6	2
	22	Perfecționarea tehnicii aruncării greutății	6		4	2
	Total		180	20	100	60
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbatere, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Verificarea orală, teste înscrise, scrierea referatelor, executarea corectă a tehnicii probelor instruite, susținerea normelor de control.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Dragomir, P., Scarlat, E. <i>Educația fizică școlară</i>. Repere noi – mutații necesare. București: EDP, 2004.</p> <p>2. Gârleanu D. <i>Monografia probelor atletice</i>. București, Sport-turism. 231 p.</p> <p>3. Gevat, C., Larion, A. <i>Lecții de atletism</i>. Ovidius, Constanța, 2003, p. 347.</p> <p>4. Mihăilescu, L., Mihăilescu, N. <i>Atletism în sistemul educațional</i>. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p.</p> <p>5. Povestca, L. <i>Aletismul de la A la Z</i> (dicționar explicativ de termeni și noțiuni din atletism). Chișinău, 2020. Editura: Tehnica-UTM, p. 87. ISBN 978-9975-131-82-7.</p> <p>6. Povestca, L. <i>Atletism – curs de bază</i> (suport de curs pentru studenții instituțiilor de învățământ superior în domeniul educației fizice și sportului). Chișinău, 2020. Editura: Tehnica-UTM, p. 222. ISBN 978-9975-131-89-6.</p> <p>7. Rață, G. <i>Atletism: tehnică, metodică, regulament</i>. Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p.</p> <p>8. <i>Regulamentul-tip al instituției de învățământ extrașcolar</i>. Proiect. Chișinău: Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova, 2020.</p> <p>9. Titus, T, Alexandru, D.,Ardelean, T. <i>Atletism</i>. Editura didactică și pedagogică. 1983, p.7-75.</p> <p>10. <i>Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ.</i> Под ред. О. Колодня, Е. Лутковского, В. Ухова. Москва. ФиС. 1985, с. 271.</p> <p>11.Макаров, А. <i>Легкая атлетика: Учебник для студ-ов фак. физ.восп. пед. ВУЗ-ов</i>. Москва, Просвещение. 1990. 208 с.</p> <p>12.Озолин, Н., Воронкин, В., Примаков, Ю. <i>Легкая атлетика</i>. Москва, ФиС , 1989, с. 4-317.</p> <p>13.Попов, В. <i>Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов</i>. Москва. Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2006, 224 с.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Teoria și metodică educației fizice					
Titularul cursului		Sava Panfil					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.03.O.18	Anul	II	Semestrul	I
Nr. credite	5	Nr. credite	5	Nr. credite			5
Ore de contact direct	75	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare		Ex.	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Bazele teoretice ale culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btcf@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	45	15	15	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria și metodică educației fizice” este parte componentă a științelor de profil, prevăzute în planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculumul disciplinar este axat pe formarea/ și dezvoltarea competențelor cognitive și praxiologice a viitorilor specialiști, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior presupun formarea specialiștilor de înaltă calificare în domeniul educației fizice și a sportului capabili să implementeze strategii și tehnologii moderne de promovare a exercițiului fizic, sportului, modului de viață sănătos etc. prin intermediul activităților didactice și sportive cu diverse contingente de elevi;• obiective cadru ale învățământului în domeniul educației fizice prevăd crearea unui mecanism eficient de dezvoltare a specialistului în domeniu prin implicarea acestuia în diverse activități didactico-metodice ce îi va asigura cunoașterea și buna desfășurare a procesului educațional;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru urmăresc pregătirea teoretico-științifico- metodologică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse diverse activități de învățare, acestea fiind axate pe tehnologii interactive de învățare, menite să crească indicii</p>						

	<p>calității pregătirii profesionale a studenților.</p> <p>Conținuturile educaționale reflectate în curriculum vor contribui la formarea/dezvoltarea competențelor profesionale ale viitoarelor cadre didactice de educație fizică.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a, competențelor studenților, precum și dezvoltarea experiențelor atitudinale a acestora cu plasarea accentului pe formarea profesională continuă.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina vizată în anul II, semestrul III, în volum de 150 ore, acesta egalând cu 5 credite profesionale.</p> <p>Considerăm că curriculumul vizat, constituie o disciplină de studii de profil foarte importantă care asigură pregătirea științifico-teoretică și metodologică a specialistului în domeniul educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și aplicarea limbajului terminologic științific cu referire la aparatul noțional al Teoriei și metodicii educației fizice. • Explicarea și interpretarea diverselor noțiuni, concepte, idei, teorii etc. ale domeniului educației fizice. • Abilitatea de a selecta, argumenta și demonstra eficiența mijloacelor, metodelor și formelor de instruire a diferitor categorii de elevi în dependență de particularitățile anatomo-fiziologice și psihologice, precum și starea de sănătate a acestora. • Capacitatea creativă în utilizarea tehnologiilor moderne de instruire în scopul dezvoltării calităților motrice, formării/perfecționării priceperilor, deprinderilor și capacităților motrice a elevilor cu diferit grad de dezvoltare fizică, stare de sănătate etc. • Abilități în proiectarea diverselor activități didactice, activități sportive extracurriculare cu elevii în scopul fortificării/menținerii sănătății acestora, perfecțiunii fizice etc. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin utilizarea eficientă a inovațiilor științifice recent apărute în spațiul mediator de specialitate. • Colaborarea cu diverse structuri de specialitate, precum și cu specialiștii din domeniul educației fizice pentru o integrare eficientă în spațiul profesional.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să definească/ explice esența noțiunilor principale ale disciplinei Teoria și metodică educației fizice. ▪ Să identifice mijloacele și metodele culturii fizice, clasificându-le conform anumitor criterii. ▪ Să caracterizeze componentele de bază ale sistemului de cultură fizică din țară. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să aplice mijloace și metode eficiente în scopul dezvoltării calităților motrice a elevilor de diverse vârste. ▪ Să modeleze conținuturi diferențiate în scopul formării/perfecționării priceperilor și deprinderilor motrice în dependență de etapa formării acestora. ▪ Să identifice posibilele consecințe ce pot rezulta din nerespectarea principiilor didactice de instruire, totodată, identificând și soluții eficiente în înlăturarea acestora. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să proiecteze unități de competențe și unități de conținuturi pentru de învățarea acțiunilor motrice în conformitate cu obiectivele etapelor procesului de instruire.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Să identifice forme raționale de instruire teoretică și practică a elevilor, selectând și planificând mijloace, metode etc. eficiente în scopul formării/dezvoltării competențelor elevilor, specifice educației fizice. ▪ Să evalueze competențele elevilor utilizând aprecierea rezultatelor școlare prin descriptorii. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminare L/P	LI
	1	Teoria și metodică educației fizice ca obiect de studii și știință.	4	2		2
	2	Documentarea procesului de educație fizică a elevilor	8	4		4
	3	Concepția educației fizice școlare	6	2		4
	4	Caracteristica curricula de educație fizică pentru diverse cicluri de învățământ	22	8	4	10
	5	Perioadele senzitive de dezvoltare a calităților motrice	4		2	2
	6	Metodele de instruire în educația fizică școlară	12	2	4	6
	7	Principiile metodice utilizate în educația fizică.	8	2	2	4
	8	Caracteristica formelor de instruire utilizate în educația fizică a elevilor	12	4	2	6
	9	Administrarea lecției de educație fizică	14	3	4	7
	10	Tehnologii moderne de formare/dezvoltare a competențelor elevilor specifice educației fizice	10	4	2	4
	11	Sistemul de evaluare a competențelor elevilor	11	2	2	7
	12	Proiectarea didactică în educația fizică școlară	18	4	4	10
	13	Activitate sportivă extracurriculară	14	6	2	6
14	Atestarea cadrelor didactice	7	2	2	3	
	Total		150	45	30	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale de instruire a studenților sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe diversități: seminare/lecții practice de reactualizare și aprofundare a unor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, învățare prin cercetare, brainstorming, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația euristică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea etc. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/diagnostică, se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat prin <i>interviu, chestionare, conversație, expuneri orale</i> etc. Sunt examinate cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate în cadrul predării altor cursuri, pentru a constata dacă studenții sunt apti să se integreze în învățarea noului curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective referitoare la pregătirea profesională a acestora.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i>, dinamică, formativă, scrisă se efectuează în formă de</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p><i>trei lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor de seminare, pe un grup de subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare) și a <i>lucrărilor individuale</i>, urmărind scopul cunoașterii în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină acesta. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia în vederea formării/dezvoltării competențelor profesionale ale studenților.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de evaluare a competențelor cognitive conțin două itemi și e nunțuri din subiectele predate/învățate ce corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor și grilelor de convertire a punctajului în note.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> Boian I., Bicherschi Șt., Sava P. Concepția educației fizice și sportului în învățământul preuniversitar. Ministerul Învățământului al Republicii Moldova. Chișinău, 1998. 24 p. Boian I., Lungu A. Educația fizică a elevilor în conținutul învățământului formativ, Editura TIMCIM, Cimișlia, 1996. – 46 p. Curriculum național. Aria curriculară sport. Educația fizică. Clasele V-IX. Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova. Chișinău, 2019. 66 p. Curriculum național. Aria curriculară sport. Educația fizică. Clasele X-XII. Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova. Chișinău, 2019. 63 p. Grimalschi T. ș.a. Educația fizică: curriculum pentru învățământul gimnazial (clasele V-IX). Ministerul Educației al Republicii Moldova. Chișinău, Lyceum, 2010. – 52 p. Grimalschi T. ș.a. Educația fizică: curriculum pentru cl. a X-a – a XII-a, Ministerul Educației al Republicii Moldova, Chișinău, Știința, 2010. – 28 p. Grimalschi T., Carp I., Ciorbă C. ș.a. Ghid metodologic pentru profesorii de educație fizică pentru clasele V-IX. Chișinău, „Univers Pedagogic”, 2007, 178 p. Grimalschi T. ș.a. Educația fizică: clasele a X-a – a XII-a. Ghid metodologic pentru profesori, Ministerul Educației și Tineretului al Republicii Moldova, Chișinău, „Univers Pedagogic”, 2007. – 152 p. Filipov V., Sava P. Educație fizică: Ghid de implementare a curriculumului modernizat în învățământul liceal./Ministerul Educației și Tineretului al Republicii Moldova. Chișinău: Î.E.P. Știința, 2007. 106 p. Lege cu privire la cultura fizică și sport, nr. 330 XIV din 25.03.1999. Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr.83-86/399 din 05.08.1999. Repere metodologice privind organizarea procesului educațional la educația fizică în învățământul gimnazial în anul de studii 2021-2022. Sava P. Educație fizică. Ghid de implementare a curriculumului modernizat pentru treapta liceală. Chișinău: Editura Cartier, 2010. 100 p. Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020)/aut.:V.G . Manolachi, O. Bodișteanu, V. Dorgan ș.a. Chișinău. Editura USEFS,2013.150 p. 											



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica jocului de volei					
Titularul cursului		Conohova Tatiana					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 03 O. 19	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lecții practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	16	-	64	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina dată reprezintă conținutul teoretico-metodic ale cursului de însușire ale jocului de volei, care se desfășoară pe parcursul a unui semestru în anul doi de studii pentru studenții care se pregătesc să devină profesorii de educație fizică. Prin tematica variată abordată poate fi un sprijin eficient în planificarea al procesului instructiv-educativ al viitorilor voleibaliști aflați la începutul carierei sale sportive.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Studiarea evoluției jocului de volei și a regulilor de joc;• Analiza și generalizarea compartimentelor de bază (tehnic, tactic, fizic, teoretic) de pregătire în jocul de volei;• Studiarea și aplicarea în practică a metodicii de instruire în jocul de volei• Formarea competențelor profesionale privind organizarea și desfășurarea competițiilor sportive la volei. <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>						
Competențe profesionale:							

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și utilizarea noțiunilor specifice jocului de volei; • Asimilarea cunoștințelor necesare pentru explicarea și interpretarea unor probleme apărute în procesul instructiv-educativ; • Însușirea cunoștințelor teoretice și practice de bază, metodelor și mijloacelor necesare predării disciplinei volei; • Dobândirea cunoștințelor necesare pentru explicarea și interpretarea unor probleme apărute în procesul instructiv-educativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice și de cercetare;; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; • Gestionarea relațiilor cu mediul jocului de volei, cu mediul sportiv în general și cu instituțiile abilitate; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilități la cerințele pieței muncii în ceea ce privește predarea jocului de volei. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să acumulează cunoștințe teoretice despre istoria, teoria și metodică jocului de volei; ▪ să execute exerciții pregătitoare, ajutătoare și speciale; ▪ să însușesc elementele și procedeele tehnico-tactice necesare, deprinderi despre organizarea și desfășurarea competițiilor; ▪ să însușesc deprinderile și priceperile demonstrării și explicării exercițiilor speciale și ajutătoare, ▪ să acumulează cunoștințe despre organizarea lecției de volei, metodică învățării elementelor tehnice și acțiunilor tactice de joc; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedeele tehnico-tactice ale jocului de volei; ▪ să elaboreze proiectele didactice în conformitate cu curriculumul educației fizice; ▪ să analizeze și să explice pregătirea tehnică, tactică, competițională; ▪ să determine metodele și mijloacele învățării elementelor tehnice ale jocului de volei; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în organizarea și desfășurarea competițiilor școlare la disciplina volei <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura metodologiei însușirii acțiunilor specifice ale jocului de volei; ▪ să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practico-metodice în procesul de pregătire a începătorilor în jocul de volei; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru procesul de valorificare ale elevilor în jocul de volei; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/ P-M</p>	<p>LI</p>
1		Istoria dezvoltării jocului	2	2		
2		Regulamentul jocului de volei.	4	2		2
3		Tehnică jocului de volei	4	2		2
4		Tactica jocului de volei	4	2		2
5		Organizarea competițiilor jocului de volei	2	2		
6		Desfășurarea competițiilor în volei	4	2		2
7		Metodica predării elementelor și procedeele tehnice	6	2		4
8		Metodica predării acțiunilor tactice	6	2		4
9		Tehnică jocului în apărare	4		2	2
10		Tehnică jocului în atac	6		4	2
11		Tehnică posedării mingii în atac	8		6	2

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	12	Tehnica executării procedeele tehnice în atac	4		4	
	13	Tehnica loviturii de atac	6		4	2
	14	Tehnica apărării	8		6	2
	15	Tehnica preluării mingii în jocul de volei	2		2	
	16	Tactica jocului de volei în atac	2		2	
	17	Acțiuni tactice individuale în atac	4		4	
	18	Metodica învățării acțiunilor tactice în grup	6		4	2
	19	Acțiunile tactice de echipă în atac	4		4	
	20	Înșuirea sistemelor tactice de atac	6		4	2
	21	Acțiuni tactice individuale în apărare	6		4	2
	22	Acțiunile tactice de echipă în apărare	4		4	
	23	Organizarea și desfășurarea competițiilor de volei	4		2	2
	24	Arbitrajul jocului de volei	4		2	2
	25	Jocul de volei în lecția de educație fizică	4		2	2
	26	Particularitățile și modelele de organizare a competițiilor școlare la volei	2		2	
	27	Organizarea competițiilor de volei în tabere de odihnă	4		2	2
Total			120	16	64	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, lecții metodice în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma <i>lucrărilor de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>testărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral și testări practice. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	30%
	Media notelor acordate la seminar / lucrări practice	20%
	Notele obținute la testele periodice sau parțiale	20%
	Nota acordată pentru frecvența și conduita la activități	10%
	Notele acordate pentru temele de acasă, referate, înregistrări meciuri de volei	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Adam V. Inițiere în jocul de volei. De la mintonette la volleyball. Editura Andreas. București, 2004. -138 p</p> <p>2. Conohova T. Chestionar de reguli la volei. - Chișinău, 2001.- 30 p.</p> <p>3. Conohova T. Volei, pregătirea profesională a studenților instituțiilor superioare de cultură fizică. - Valinex. - Chișinău, 2006. - 132 p. ISBN 978-9975-9948-8-0</p> <p>4. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodică jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145p. ISBN-978-606-13-2075-2</p> <p>5. Păcuraru A., ”Volei. Tehnica și tactica”. Editura fundației universitare ”Dunărea de jos”, Galați, 2002, 183p. ISBN 973-627-004-1</p> <p>6. Conohova T., Capățina G., ”Aplicarea Jocului de volei în kinetoterapie”. Ed. Valinex, Chișinău, 2016, ISBN 978-9975-131-34-6</p> <p>7. Dragan A. Volei noțiuni de bază. - Editura Fundația „România de Măine”. - București, 2000.- 185 p.</p> <p>8. Ioan Burchă, Florin Țurcanu, Laura Ciulea. Volei în kinetoterapie. Cluj-Napoca- Editura G.M.I., 2009, 128 p</p> <p>9. Țurcanu Florin, Țurcanu Simona. Istoria educației fizice și a kinetoterapiei. Note de curs – Editura Târgu Mureș, 2011, 148 p</p> <p>10. Барбара Л.Виера, Бонни Джилл Фергюсон, «Волейбол. Шаги к успеху», АСТ Астрель, Москва, 2006, 159 с.</p> <p>11. Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-11.</p> <p>12. Ю.Д.Железняк, В.А.Куньянский, А.В.Чачин, «Волейбол», методическое пособие по обучению игре, «Терра Спорт», «Олимпия Пресс», Москва, 2005. 111с.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica înotului II					
Titularul cursului		Stepanova Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O.20	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	50	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	14	-	86	50	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica înotului II” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului II secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice, aplicativ și integrativ la catedra „Natație și turism” USEFS.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățării înotului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul Educației fizice, capabili de a utiliza elementele de învățare a înotului în cadrul activităților nautice desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiectivele cadru ale învățării înotului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul educației fizice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea caracteristicilor înotului sportiv și al celui aplicativ, care va asigura abordarea complexă a elaborării programelor de instruire la înot;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional prin achiziția de capacități și atitudini pe parcursul anilor de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. IV, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor privind instruirea în proba de natație; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina “Didactica înotului II” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. <p>Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului; - să cunoască metodele și procedeele de învățare a exercițiilor de înot; - să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeelelor sportive și înotul aplicativ în cadrul structurii lecției de înot; - să cunoască metoda reglării efortului fizic în cadrul lecției; - să poată organiza, desfășura și arbitra competițiile de înot; - a participa, organiza la manifestările de salvare de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor; - să determine noțiunile de bază ale cercetărilor pedagogice, metodele de cercetare, lucrul cu literatura. - să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze și să utilizeze în scop didactic proiectul didactic a lecției de înot în cadrul practicării; - să selecteze și să aplice exerciții pregătitoare și speciale pentru învățarea elementelor tehnice de bază a procedeelelor de înot; - să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație, coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; - să desfășoare etapa pregătitoare ale lecției de înot pe uscat conform proiectului didactic; - să interpreteze corect salvarea de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor. <p style="text-align: center;"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în proiectarea didactică; - să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; - să explice și să execute expresiv exercițiile de înot; - să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative;

- să încadreze în cadrul lecției elemente de cercetare științifică.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Practico- metodice	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Metode de învățare a procedeelelor sportive de înot	4	2		2
	2	Planificarea și organizarea lecțiilor de înot în diferite instituții de învățământ	6	4		2
	3	Metodele instruirii tehnicii înotului aplicativ	6	2		4
	4	Amenajarea bazinului de înot (bazin artificial și natural)	4	2		2
	5	Organizarea și desfășurarea sărbătorilor acvatice	4	2		2
	6	Metodica cercetărilor științifice de instruire (TSCL, LSC)	4	2		2
	7	Învățarea exercițiilor pregătitoare pentru acomodarea cu apa	6		4	2
	8	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare în procedeul craul pe piept, spate	6		4	2
	9	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate	6		4	2
	10	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate în coordonare cu respirația.	6		4	2
	11	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare în stilul fluture.	6		4	2
	12	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe fluture	6		4	2
	13	Învățarea coordonării mișcărilor de picioare, brațe și respirație în procedeul fluture	6		4	2
	14	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, pe spate, fluture în coordonare cu respirația	4		4	
	15	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare cu respirația	2		2	
	16	Perfecționarea tehnicii înotului în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare deplină	2		2	
	17	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare bras	6		4	2
	18	Învățarea mișcărilor de brațe în procedeul bras	6		4	2
	19	Învățarea continuă a coordonare cu respirația și fără	2		2	
	20	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras cu reținerea respirației și în coordonarea cu respirația	4		2	2
	21	Învățarea tehnicii înotului în procedeul bras în coordonare deplină	6		4	2
	22	Învățarea tehnicii întoarcerilor în procedeul craul pe piept și spate	6		4	2

	23	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe, picioare, respirație în stilurile craul pe piept, spate, fluture și bras	2		2	
	24	Învățarea tehnicii întoarcerii în procedeul fluture, bras	6		4	2
	25	Învățarea și perfecționarea tehnicii startului de pe blocul de start și din apă	6		4	2
	26	Învățarea și perfecționarea tehnicii înotului mixt cu executarea corectă a întoarcerilor	6		4	2
	27	Perfecționarea parcurgerii distanțelor în procedeele craul pe piept, spate, fluture și bras cu efectuarea corectă a starturilor și întoarcerilor	2		2	
	28	Învățarea tehnicii procedeei aplicativ de înot pe o parte	6		4	2
	29	Învățarea tehnicii procedeei aplicativ de înot bras pe spate	6		4	2
	30	Învățarea tehnicii scufundărilor în adâncime, lungime și plonjărilor în procedeul bras și craul pe piept. Învățarea tehnicii procedeei de transportare și de eliberare de înecștările victimei	6		4	2
	31	Învățarea succesiunii parcurgerii ștafetei mixte și ștafetei de stil liber la distanța de 4x50 m, comb., 4x50 m. stil liber	2		2	
	Total		150	14	86	50
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât</p>					

	<p>cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarenco T. Rîșneac B. Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013 2. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Măine, 2012. 3. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 4. Maglischo E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 5. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 6. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 7. Булгакова Н. Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 8. Булгакова Н. Познакомьтесь – плавание. Москва: Астрель, 2002. 9. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 10. Ганчар И. Л. – Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, «Друк», 2006. 11. Макаренко Л. П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 12. Платонов В.Н., Абсалимов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. Киев.: Олимпийская литература, 2000, 495 с. 13. Степанова Н. Исследование основных средств и методов совершенствования старта в плавании Materialele congresului științific internațional “Sport, Olipism, Sănătate” . Chișinău : USEFS, 05-08.10. 2016, Vol. II, - P. 320. 14. Платонов В. Н. – Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I,II Киев, Олимпийская литература, 2011. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Educația Ritmico-Muzicală					
Titularul cursului		Rîșneac Evelina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 O. 21	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	de Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Educația ritmico-muzicală” are ca scop principal dezvoltarea la viitorii profesori de educație fizică a capacităților de personalitate, priceperilor rațiunii creatoare. Caracterul metodic-instructiv al lecțiilor din cadrul cursului vizează lărgirea la studenți a diferitor interese și potențialului creativ al personalității pedagogului, formarea priceperilor de abordare a activității pedagogice la nivelul de inovații și inventivității.</p> <p>Programa cursului actual se desfășoară în semestrul III cu studenții anului II de studii. În totalitate, cursul cuprinde compartimente de bază ale teoriei și metodicii cu specificul orientării spre activitatea profesională a educației ritmice muzicale viitorului profesor de educație fizică.</p> <p>Procesul instructiv-educativ al cursului se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, practico-instructive și practico-metodice, unde este prevăzută activitatea metodicoinstructivă cu caracterul studierii literaturii recomandate a problemelor prezentate, precum și lucrul individual al temelor ce n-au intrat în Cursul didactic a lecțiilor teoretice și celor practico-metodice.</p> <p>Obiective specifice disciplinei</p> <p>Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, sunt elaborate în temeiul competențelor cheie, următoarele</p> <p><i>A. Cunoștințe. Studentul va cunoaște:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- componentele de bază teoretico-metodice ale disciplinei ritmico-muzicale;- formarea simțului ritmului prin însușirea bazelor mișcării în combinație cu ritmul muzical, bătăi din palme și din picioare, pocnituri din degete și alte semnale de sunet.- dezvoltarea coordonării complexe prin mijloacele muzicii, gimnasticii						

	<p>ritmice, gimnasticii aerobice și a dansului.</p> <ul style="list-style-type: none"> - pregătire profesională a viitorilor profesori de educație fizică prin mijloacele gimnasticii ritmice, gimnasticii aerobice și a dansului. - formarea bazelor instruirii didactice a exercițiilor de gimnastică ritmică, de gimnastică aerobică în cadrul lecțiilor de educație fizică. - formarea cunoștințelor și priceperilor privind comunicarea didactică a profesorului de educație fizică. - elaborarea tehnologiei de planificare și desfășurarea a procesului instructiv-educativ la disciplina dată; - metodica descrierii mijloacelor caracteristice ritmicii muzicale; - operarea cu terminologia specifică disciplinei; - elaborarea proiectelor didactice pentru învățarea diferitelor elemente din gimnastica ritmică, gimnastica aerobică și din dansul; <p><i>B. Capacități. Studentul va perfecționa:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - demonstrarea tehnicii corecte de executare a exercițiilor din gimnastica ritmică, gimnastica aerobică și dansul; - educația memoriei operative sub toate forme de manifestare a ei (auditivă, vizuală, motrică, verbală). - formarea deprinderilor de a demonstra sarcinile motrice sub acompaniamentul muzical. - formarea priceperilor de alcătuire a îmbinărilor ritmice-coordinative, a exercițiilor și compozițiilor cu obiecte. - formarea deprinderilor profesional-pedagogice de bază pentru desfășurarea lecției. - formarea priceperilor de elaborare a complexelor de aerobică în conformitate cu specificul vârstelor școlare. - formarea priceperilor metodice alegerii și predării compozițiilor de dans în conformitate cu vârsta școlară și obiectivele lecției. - efectuarea respirației corecte în procesul îndeplinirii exercițiilor fizice; - efectuarea lucrului cu utilajul și aparatele disponibile, precum și cu utilaj și aparate posibile în activitatea practică profesională cu ajutorul materialelor demonstrative (desene, fișe, Power Point, video); - aplicarea metodelor de evaluare critică și de elaborare a noilor metode; <p><i>C. Atitudini. Studentul va manifesta.</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - educarea abilităților cognitive; - formarea abilităților organizatorice; - însușirea aptitudinilor de comunicare a informației, a ideilor, a problemelor și soluțiilor; - implementarea cu acuratețe a modelelor și tehnicilor asociate cu disciplinele din gimnastică ritmică, gimnastică aerobică și dansul; - educarea simțului responsabilității; - însușirea adaptabilității; - manifestarea inițiativei; - însușirea interacțiunii sociale; - evaluare în mod consecvent propriu a procesului de învățare și de identificare a nevoilor de formare, precum și capacității de a le aplica în activitățile practice a educației ritmice muzicale.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Componente profesionale</p> <p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului Educație ritmico-muzicală În confirmitate cu obiectivele specifice predarea cursului vizează realizarea următoarelor <i>competențe cheie</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Formarea competențelor cu privire la legitățile principale ale procesului instructiv-educativ care va asigura activitatea profesională a specialistului în cadrul disciplinei Educația ritmică muzicală. -Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul de instruire sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologiei pedagogice și tehnicii instructive.

	<p align="center">Competențe transversale</p> <p>- Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de Educație ritmică muzicală.</p> <p>- Pregătirea profesională pedagogică a studenților în cadrul studiului postuniversitar se presupune atât în timpul orelor de curs, cât și prin lucrul individual.</p>					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracteristica și conținutul structural al disciplinei ERM. • Frecvența cardiacă ca un criteriu al intensității efortului fizic în cadrul lecției de ERM. • Particularitățile alegerii muzicii pentru formele și mijloacele de bază a ERM. • Reperele principale a planificării procesului de antrenament de fortificare. • Formele de organizare și metodele instruirii a exercițiilor de ERM. • Particularitățile desfășurării lecțiilor de ERM cu contingentul de copii. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracteristica, conținutul, caracterul fiziologic de bază al ERM. • Aplicarea direcțiilor de dans în ERM și caracteristica lor. • Alegerea și aplicarea muzicii cu scopul reglării efortului fizic la lecțiile de ERM. • Caracteristica tipurilor lecțiilor de ERM; • Aplicarea mijloacelor în ritmica muzicală caracteristica lor. • Aplicarea principiilor metodice de organizare a procesului instructiv-educativ la orele de Educația ritmică muzicală. • Aplicarea tehnologiei planificării procesului de instruire la ERM. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tehnologia modelării și demonstrarea a unor elemente și exerciții din Educația ritmică muzicală. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">LP</p>	<p align="center">LI</p>
	1	„Educația ritmică-muzicală” ca disciplină de studii și cercetare în pregătirea profesional-pedagogică a specialiștilor în educație fizică: caracteristica noțiunilor: obiectivele, mijloacele, metodele obiectului; ritmul ca condiția necesară pentru realizarea tuturor activității;	4	2	2	
	2	Ritmul ca bază pentru dezvoltarea tuturor tipuri de coordonare	2	2		
	3	Însemnătatea coordonării complexe în activitatea profesională	4	2	2	
	4	Muzica ca mijloc de bază al educației ritmice, elemente de dans; mijloacele gimnasticii ritmice sportive	2	2		
	5	Rolul și locul muzicii precum și jocurilor ritmico-muzicale în procesul instructiv educativ).	5	3	2	
	6	Bazele teoriei elementare a muzicii în activitățile motrice a specialistului de cultură fizică, caracteristica noțiunilor: <i>mijloacele expresivității muzicale</i> : conținutul, mijloacele și forma acompaniamentului muzical;	4	2	2	

7	Sunetul – proprietățile și calitățile lui; exprimarea proprietăților sunetului prin mișcare; melodia, desenul melodic, înălțimea melodică, culminația; stilul și genul operelor muzicale; <i>ritmul și tempoul ca mijloace ale expresivității muzicale, motrice și verbale</i> ;	4	2	2	
8	Ritmul muzical și simțul ritmului	4		2	2
9	Mărimea muzicală; desenul ritmic; clasificarea ritmului; ritmul și stilul dansului; însemnătatea educației simțului ritmului în formarea capacităților coordinative; tempoul; însemnătatea tempoului în muzica și activitatea motrică; clasificarea tempoului	5		2	3
10	Gimnastica ritmică în sistemul instructiv- educativ al învățământului preuniversitar de educație fizică: caracteristica noțiunilor: <i>gimnastica ritmică ca unul din mijloacele importante pentru pregătirea profesională a viitorilor specialiști de cultură fizică</i> ; conținutul și mijloacele, scopul și obiectivele gimnasticii ritmice, utilizând în pregătirea profesional-pedagogică a studenților; probe aplicative de gimnastica ritmică	4		2	2
11	Specificul exercițiilor de gimnastica ritmică – integritatea, unitatea și dinamismul executării mișcărilor, caracterul de dans; clasificarea exercițiilor de gimnastica ritmică	4		2	2
12	Coregrafia sportivă – școala culturii mișcărilor;	2			2
13	Particularitățile alcătuirii exercițiilor de gimnastica ritmică cu obiecte; alegerea operelor muzicale pentru fiecare activitatea în domeniul gimnasticii ritmice	4		2	2
14	Gimnastica aerobică și dansul ca mijloace de pregătire psihomotrică a specialiștilor de educație fizică: (caracteristica noțiunilor: conținutul și mijloacele gimnasticii aerobicii – muzica, exerciții de dezvoltare fizică generală	8		4	4
15	Elemente de dans; complexe de gimnastica aerobică; particularitățile alcătuirii lor în conformitate cu vârstă: școală primară, școală gimnazială, școală liceală	8		4	4
16	Consecutivitatea și particularitățile metodice desfășurării exercițiilor de gimnastica aerobică în complex	6		2	4
17	Volumul efortului fizic după criteriile de vârstă; dansul – un fel de artă;	8		2	6

	clasificarea dansurilor: clasice, populare, moderne; alegerea compozițiilor de dans, conform vârstei școlare				
18	Particularitățile metodice proiectării și învățării compozițiilor de dans; scopul și sarcinile utilizării dansului la lecțiile de educație fizică	6		2	4
19	Dansul ca unul din mijloacele dezvoltării coordonării mișcărilor; muzica – procedeu metodic de desfășurare a exercițiilor gimnasticii aerobice și compozițiilor de dans;				
20	Specificul acompaniamentului muzical pentru complexe de gimnastica ritmică în conformitate cu vîrstă școlară	4		2	2
21	Bazele instruirii didactice a exercițiilor de gimnastica ritmică și gimnastica aerobică	5		3	2
22	Caracteristica noțiunilor: <i>specificul activității didactice a profesorului de educație fizică în instruirea exercițiilor de gimnastica ritmică și de gimnastica aerobică</i>	3			3
23	Formele de manifestare a exercițiilor; mijloacele activității didactice a profesorului de educație fizică	8		2	6
24	Situațiile didactice care compun lecția – stereotip	2			2
25	Etapele lecției”, „complexul de exerciții de gimnastică aerobică”, „exercițiul”, „elementul”	4		2	2
26	Textul didactic verbal corelat cu activitatea profesorului de educație fizică la lecția – stereotip; conținutul și volumul textului didactic	6			6
27	Concordanța ritmului vorbirii și ritmului executării mișcărilor de gimnastică ritmică și de gimnastică aerobică în fiecare situație didactică concretă	4		2	2
Total		120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Dsciplina „Educația ritmico-muzicală” se formează în baza organizării ritmico-structurale a activității didactice a specialistului de educație fizică.</p> <p><i>Formarea priceperilor vizează utilizarea următoarelor mijloace:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Muzica (mijloacele expresivității muzicale). 2. Gimnastica de bază (exerciții de front, de dezvoltare fizică generală). 3. Gimnastica ritmică sportivă (variante de pași, alergări, sărituri, întoarceri, echilibrări, exerciții cu obiecte). 4. Gimnastica aerobică (pași de bază, pași de dans). 5. Dansul (elemente și compoziții din dansuri populare, clasice, moderne). 6. Jocurile ritmice-muzicale. <p>Textele terminologice.</p> <p>În cadrul disciplinei se folosesc metode de predare-învățare care se vor baza pe următoarele criterii: competențe, obiective, conținuturi.</p> <p><i>Metode de predare-învățare</i> (de formare a competențelor): prelegerea,</p>				

	<p>expunerea orală, demonstrarea, conversarea, învățarea în echipă, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea, jocuri didactice, practica de instruire.</p> <p>Predarea temelor teoretice incluse în curriculum cu scopul să se formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatorie, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p> <p><i>Forme de manifestare.</i> Curriculum include elaborările noi în domeniul structurii ritmice a activității motrice, în baza căreia se formează și se perfecționează capacitățile de coordonare complexă, care constituie următoarele forme de manifestare: coordonarea motrică; coordonarea auditiv-motrică; coordonarea vizual-motrică; coordonarea verbal-motrică; combinații dintre cele numite mai sus.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Aftimiciuc O.E. Educația ritmică muzicală: Programa pentru studenții facultății pedagogice. Ch.: INEFS, 2004. 30 p.</p> <p>2. Aftimiciuc O.E. Gimnastica ritmică și dansul: Programa pentru studenții anului III. Ch.: INEFS, 2002. 22 p.</p> <p>3. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Educația ritmică muzicală”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2001.</p> <p>4. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2002.</p> <p>5. Aftimiciuc O.E., Faur M. Jocuri muzicale. Ch.: INEFS, 2003.</p> <p>6. Educația fizică în școală. Manual de educație fizică pentru școli de cultură generală, gimnazii și licee/Sub red. Bicherschi S.T., Chișinău, 1992. 150 p.</p> <p>7. Țarălungă R., Țarălungă A. Dansuri populare. Materialul didactic la programa de educație fizică pentru școlile de cultură generală, gimnazii și licee. Chișinău, 1992. 137 p.</p> <p>8. Боброва Г.А. Художественная гимнастика в школе. М.: Физкультура и спорт, 1978. 208с.</p> <p>9. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.</p> <p>10. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ.</p>	

культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с.

11. Ротерс Т.Т. Методика применения упражнения под музыку на занятиях по физическому воспитанию в школе: Метод. рекоменд. по проведению уроков физ. культуры с муз. сопровождением. М.: Просвещение, 1989.

12. Ротерс Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие для уч-ся пед. училищ по специальности „Физическая культура”. М.: Просвещение, 1989.

13. Шпилова С.Г. Комплексы ритмической гимнастики. Кишинев: Universitas, 1992.

14. Шпилова С.Г., Гончаренко А.И. Элементы ритмической гимнастики на уроке физической культуры: Метод. рекоменд. Кишинев, 1989.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Medicina sportivă/Igiena educației fizice și sportului					
Titularul cursului		Dudnic Eugeniu/Tătaru Angela					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.04.O.22	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F–componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină sportivă	Numărul total de ore (pe semestru)din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	medicinaspportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	-	45	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Medicina sportivă” este o disciplină complexă cu interferență teoretică și practică, care valorifică efectele exercițiilor fizice și a factorilor naturali, asupra organismului uman în scopul profilactic pentru a asigura o dezvoltare corectă și armonioasă și în scop terapeutic în vederea corectării deficiențelor fizice și pentru tratarea afecțiunilor intercurrente și traumatice, apărute în timpul practicării educației fizice și sportului. Este o disciplină contemporană, utilă studenților USEFS, ce le permite de a monitoriza organismul sportivului și a limitelor performanței umane, ambele aspecte fiind impuse de marea performanță.</p> <p>Disciplina „Igiena educației fizice și sportului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a USEFS.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului pedagogic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educației fizice, capabili de a utiliza rațional metodele și mijloacele educației fizice pentru a asigura păstrarea și întremarea sănătății elevilor și diverselor contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul educației fizice și sportului prin implicarea acestuia în activități didactice ce presupun cunoașterea influenței biologice a factorilor de mediu asupra organismului uman și a condițiilor favorabile de activitate motrice, care pot asigura buna desfășurare a orelor de educației fizică;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în						

	<p>cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deprinderea noțiunilor clinice și interpretarea probelor paraclinice necesare în elaborarea avizului medico-sportiv; • Diagnosticul, tratamentul și recuperarea patologiei sportive; • Dirijarea medicala a antrenamentului sportiv; • Asigurarea asistenței medicale de urgență a sportivilor; • Identificarea particularităților de recuperare în traumatologia sportivă și alte patologii asociate sportului de performanță; • Prescrierea exercițiului fizic în funcție de particularitățile biologice personale • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a activităților sportive, în conformitate cu cerințele actuale ale igienei educației fizice și sportului, referitoare la microclima edificiilor sportive, exploatarea sistemelor tehnico-sanitare, alimentația rațională, metodele și mijloacele de refacere după efort, folosirea eficientă a factorilor de mediu pentru întremarea sănătății elevilor și diverselor contingente de populație; • Utilizarea metodelor fiziologo-igienice de apreciere a călirii organismului cu frigul și analiza medico-biologică prin această prismă a sistemelor de pregătire a studenților la „educației fizică”; • Susținerea și promovarea modului sănătos de viață: respectarea principiilor alimentației raționale, prevenirea sedentarismului și a stărilor de stres, combaterea deprinderilor vicioase etc.; • Asigurarea unui management eficace al entităților sportive, crearea condițiilor optime de antrenament în sălile de sport și igienizarea sistematică a acestora, în vederea reducerii riscului răspândirii maladiilor aerogene. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv în corespundere cu starea de sănătate a individului și necesitatea păstrării și întremării sănătății elevilor; • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul probei și cerințele igienice față de organizarea antrenamentului sportiv.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască corect termenii specifici limbajului medical prin distingerea sensurilor de cel din limbajul comun; • să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei; • să identifice metodele adecvate și accesibile de dirijare a antrenamentului sportiv; • să recunoască situațiile patologice, de oboseală, de supra antrenament; • să evidențieze în contexte diferite metode de profilaxie; • să cunoască în contexte diferite măsuri de I ajutor; • să analizeze un program de antrenament din punct de vedere științific; • să identifice factorii de risc pentru starea de sănătate a elevilor și sportivilor în edificiile sportive și pe terenurile de sport în vederea diminuării influenței nefaste a acestora asupra organismului; • să caracterizeze acțiunea benefică (ori nocivă) a factorilor de mediu asupra organismului uman; • să analizeze principiile alimentației raționale; • să specifice particularitățile alimentației sportivilor la diferite etape de

activitate;

- să prezinte mecanismele fiziologice de călire a organismului cu temperaturile înalte și scăzute ale mediului;
- să aplice metodele de determinare a cheltuielilor energetice ale sportivilor etc.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să analizeze componentele antrenamentului sportiv;
- să utilizeze raționamente și cunoștințe în diagnosticarea limitărilor funcționale ale organismului;
- să elaboreze programe de monitorizare a antrenamentului sportiv;
- să creeze programe de restabilire individuale;
- să eficientizeze antrenamentul sportiv în vederea obținerii succesului de performanță;
- să determine parametrii microclimei din sala de sport;
- să analizeze și să explice rolul factorilor de mediu în pregătirea sportivilor;
- să determine valoarea energetică și nutritivă a rației alimentare zilnice a sportivului;

La nivel de integrare:

- să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei sportive multidisciplinare;
- să manifeste receptivitate, cunoaștere și comunicare interpersonală;
- să manifeste capacități de formulare a unor ipoteze și a unor concluzii referitoare la unele situații concrete;
 - să utilizeze unele metode simple și procedee de autocunoaștere în vederea autoreglării emoționale și a orientării profesionale;
 - să explice esența procesului de călire a organismului cu căldura și frigul;
 - să elaboreze obiective concrete pentru păstrarea și fortificarea sănătății elevilor (sportivilor);
 - să respecte modul sănătos de viață.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/lab.	LI
	1	Medicina sportivă clinică omului sănătos. Noțiunea, scopul și obiectivele medicinei sportive contemporane.	7	1	2	4
	2	Controlul medico-sportiv complex.	8	2	2	4
	3	Noțiunea și particularitățile cordului sportiv. Reglarea activității cardiace.	12	2	4	6
	4	Particularitățile anatomice și fiziologice a aparatului respirator la sportivi.	12	2	4	6
	5	Alimentația sportivă.	12	2	4	6
	6	Aclimatizarea la sportivi.	8	2	2	4
	7	Farmacologia sportivă.	10	2	2	6
	8	Oboseala și supraantrenamentul sportiv.	8	2	2	4
	9	Fenomenul dopajului în practica sportivă.	8	2	2	4
	10	Traumatologia sportivă.	10	2	4	4
	11	Primul ajutor în urgențe medicale.	12	2	4	6
	12	Introducere în disciplina Igiena educației fizice și sportului. Factorii de mediu în educația fizică și sport	6	1	2	3
	13	Igiena edificiilor sportive.	9	2	3	4

	14	Călirea organismulu	8	2	2	4
	15	Igiena alimentației sportivilor	12	2	4	6
	16	Regimul de viață al elevilor și sportivilor	8	2	2	4
	Total		150	30	45	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lucrările de laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt: prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lectorul utilizează expunerea orală, conversația, demonstrația, completate cu elemente noi: dialogul, demonstrarea grafică și, în caz de necesitate, cu ajutorul mijloacelor audio-vizuale, experimentul etc. În cadrul cursului se organizează prezentări în programul Power Point, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p> <p>Lucrările de laborator, de asemenea, au mai multe forme, fiind folosite aparatele, instrumentele, dar și tablele specifice din dotarea catedrei.</p> <p>Metode de lucru: prezentarea aparatelor, expunerea modului de lucru cu ele, explicația principiilor de lucru a acestora, dialogul, lucrul individual ori în echipă. La finele fiecărei lucrări de laborator studenții elaborează concluzii și recomandări igienice, care sunt analizate și evaluate, iar mai apoi, fixate în caiete.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și lucrările de laborator				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Banu C. Tratat de inginerie alimentară. Volumul I. ASE București. 2006. 225 p.</p> <p>2. Bezdead Paraschiv, Vitaminele și sănătatea, Ed. Recif, București, 1994, p.62</p> <p>3. Dragan I., Medicina sportivă, ed. Medicală, București, 2002</p> <p>4. Erhan E. Dudnic E. Turuta L. Igiena individuală a sportivului. Chișinău, 2013. 40p.</p> <p>5. Ionescu A., Medicina Sportivă Performanța și Sănătate, Editura Medicală, București, 2011</p> <p>6. Godorozea M., Îndrumar pentru lucrări de laborator la medicina sportivă, INEFS, Chișinău, 2002.</p> <p>7. Gorea N., Ghid medical pentru antrenori și sportivi, ed. ASEM, Chișinău, 2006, 64p.</p>					

8. Godorozea M. Lucrări de laborator la Igiena educației fizice și sportului. Chișinău, 2004. 67 p
9. Jucov A., Țiganaș O., Mecanismele de acțiune și efectele substanțelor interzise, Îndrumar metodic, Chișinău, USEFS, 2016, 68p.
10. Jucov A., Țiganaș O., Farmacocinetica și farmacodinamica substanțelor dopante, Chișinău, USEFS, 2016, 41 p
11. Larousse, Dicționar de medicină, Univers Enciclopedic, București, 1998.
12. Mihăilescu P. D., Refacerea în sportul de performanță, ed. Univ. din Pitești, 2011.
13. Moroșan R., Moroșan I. Estimarea igienică a factorilor de mediu în educația fizică și sport. Note de curs. Tipografia "Primex-Com". Chișinău, 2017. 52 p. ISBN 978-9975-110-89-1
14. Moroșan R., Pavlov L., Moroșan I. Igiena educației fizice și sportului. Material didactic. Chișinău, 2002. 64 p.
15. Moroșan R., Moroșan I. Aspecte fiziologo-igienice privind rolul exercițiilor fizice în dezvoltarea fizică și fortificarea aparatului locomotor al elevilor. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012/2, p. 14-18.
16. Moroșan R., Moroșan I. Cerințe igienice privind desfășurarea lecțiilor de educație fizică în școală. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012, nr.1, p. 5-12.
17. Pintilei S., Medicina sportivă pentru studenți și medici, USMF, „N. Testemițeanu”, 2001.
18. Rinderu E.T., 1996, Physiology of effort; University of Craiova Printing House, p. 142
19. Sport medicine manual, Comitetul Internațional Olimpic, 1999.
20. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта. Москва: Издательский центр «Академия», 2005. 245 с.
21. Вайнбаум Я.С., Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания :Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 240 с.
22. Лаптев А.П., И.И.Малышева. Практикум по гигиене. М., 1981.
23. Лаптев А.П., Полиевский О.А. Гигиена. М., 1990.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Etica și deontologia profesională					
Titularul cursului		Usaci Doina/Leșco Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 04 A.23	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@univ.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul de <i>Etica și deontologia profesională</i> reprezintă o tentativă de a îmbunătăți pregătirea specialiștilor, din punctul de vedere al eticii, precum și de a ajuta studenții în procesul de studiere, în conformitate cu experiența acumulată la predarea acestui curs. Fiecare profesie are sau poate avea etica sa particulară. Aceste etici au, însă, multe principii și norme comune. Un curs de Etica profesională are menirea să releve asemănările și diferențele, să dea posibilitatea să se vadă cum ar trebui să se desfășoare relația client-profesionist în alte domenii de interes public mai larg.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității "Educație fizică" lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Obiectivul principal al cursului <i>Etica și deontologia profesională</i> constă în familiarizarea studenților cu principiile și normele de bază ale codului de etică atât la nivel profesional, cât și la nivelul comportamentului cotidian. Cursul se axează pe dezvoltarea abilităților de aplicare a principiilor și regulilor care trebuie să guverneze activitatea profesională, inclusiv o conduită corectă în societate. Motivația și scopul cursului <i>Etica și deontologia profesională</i> constă în a pregăti studenții pentru viața profesională și a-i ajuta să-și însușească un comportament care să-i ajute să-și exercite excelent rolul profesional și să obțină succesul. Din acest motiv, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și aplicativ în activitatea comună a cadrelor didactice și studenților, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei din nou și autoreglării.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul etic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etica profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul, funcțiile și problematica eticii	6	2	1	3
	2	Morala și etica profesională	6	2	1	3
	3	Particularitățile și sistemul de autoreglare a comportamentului etic	6	2	1	3
	4	Categoriile eticii profesionale	6	2	1	3
	5	Comunicarea profesională și aspectele ei	6	2	1	3
	6	Mijloacele de comunicare verbală în sfera profesională.	6	2	1	3
	7	Etica în soluționarea conflictelor	6	2	1	3
	8	Colectivul de muncă	6	2	1	3
	9	Etica și cultura organizațională	6	2	1	3
	10	Cultura exteriorului	6	2	1	3
	11	Stresul și acțiunile lui în activitatea profesională	6	2	1	3
	12	Eticheta profesională. Codul bunelor maniere	6	2	1	3
	13	Etica conducerii	6	2	1	3
	14	Codurile deontologice: aspecte conceptuale.	6	2	1	3
	15	Etica pedagogului. Codul deontologic al profesorului	6	2	1	3
Total			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> • Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; • <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i> • <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capcelea V., Etica. Chișinău: Editura Arc, 2003. 2. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili, București, Editura Curtea Veche Publishing, 2007. 3. Cândea R., Cândea D. Comunicarea managerială: concepție, deprinderi, strategie, Focșani, 1996. 4. Frunza S. Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, 2011. 5. Gavrilă T. Managementul general al firmei, București, 2002. 6. Hianes I., Introducere în istoria comunicării, Editura Fundația Română de Mâne, 1998. 7. Joule R.V., Tratat de manipulare, Editura Antet, 1997. 8. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București, Editura Humanitas, 2008. 9. Miroiu A. Teorii ale dreptății, București, Editura Alternative, 1995. 10. Miroiu A. Etică aplicată, București, Editura Alternative, 1995. 11. Miroiu M., Miroiu A. Dreptatea și fericirea, București, Editura All, 1995. 12. Montefiore A., Mureșan V. Filosofia morală britanică, București, Editura Alternative, 1998. 13. Mureșan V. Valorile și adevărul moral, București, Editura Alternative, 1995. 14. Popescu D., Arta de a comunica, Editura Economica, 1998. 15. Pruteanu Șt., Comunicare și negociere în afaceri, Editura Polirom, 1997. 16. Pruteanu Șt. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași, Editura Polirom, 2004. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Educație fizică					
Denumirea cursului		Consilierea educațională și a carierei					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 04 A.24	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studiu <i>Consilierea educațională și a carierei</i> este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și răspunde unor nevoi importante ale integrării tinerilor în societatea modernă, prin:</p> <ul style="list-style-type: none">• asigurarea accesului echitabil la oferta educațională;• buna integrare socio-profesională și pe piața forței de muncă;• dezvoltarea atitudinilor și competențelor necesare pentru a face față schimbărilor viitoare pe plan personal și profesional. <p>Consilierea educațională și a carierei nu constituie un obiect de studiu sau o disciplină de studiu în înțelesul ei cotidian, ci ca o arie de aplicații, dezvoltări practice, experiențe și atitudini care trebuie învățate a fi exersate în viață. Învățarea în sfera orientării educaționale și profesionale trebuie să aibă sensul de a învăța pentru a ști să faci și nu a învăța pentru a ști. Universitatea trebuie să vizeze nu numai educarea și formarea unor tineri bine instruiți, ci și pregătirea de absolvenți direct angajabili și imediat productivi.</p> <p>În rezultat, Consilierea educațională și a carierei trebuie să fie influentă și activă în planul adecvării cu realitatea pieței muncii și schimbările sociale, cât în cel psihologic și al educației, devenind astfel, un continuu de intervenții, de o natură psihologică, pedagogică, socială, educativă, din domeniul legislativ, medical, financiar etc.</p>						
	1. Aplicarea noțiunilor, terminologiei și informației ce vizează profesii <ul style="list-style-type: none">• Identificarea informațiilor ce vizează profesii în sursele de specialitate și actele normative;						

	10	Dimensiunea de gen în planificarea carierei. Stereotipurile de gen ca bariere în opțiunile de carieră	6	2	1	3
	11	Documente formale privind angajarea: contractul de muncă, fișa postului	6	2	1	3
	12	Formare și re-conversie profesională în condițiile pierderii locului de muncă	6	2	1	3
	13	Portofoliu personal: rezultate la testări, premii, diplome, certificate, Curriculum Vitae (CV), autoevaluare, produse reprezentative pentru locul de muncă, recomandări	6	2	1	3
	14	Surse și oportunități de formare: centre de formare profesională, programe de formare continuă la locul de muncă, programe de scurtă durată, cursuri serale, consultanță de specialitate, învățământ la distanță / frecvență redusă, conferințe, studiu individual, învățare continuă, voluntariat	6	2	1	3
	15	Evaluarea carierei: autoevaluări ale carierei pe baza profilurilor ocupaționale, a evoluției calificărilor la nivel național și european, consultarea unor persoane specializate (psihologi, consilieri ai carierei profesionale), consultarea unor agenții de recrutare de personal	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sânt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice.</p> <p>Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese legate de orientarea educațională și în carieră; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de cariera profesională; • elaborarea și publicarea unor articole care țin de cariera profesională și angajarea pe piața muncii; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul orientării profesionale a tinerilor; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; • elaborarea proiectului de carieră. 					
	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Consiliere educațională și a carierei</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • evaluarea inițială, care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate 					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>sprijină profesorul în proiectarea didactică;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sânt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Culturologie</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p> <p>Succesele academice ale studenților sânt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atât produsul, cât și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Băban A. Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, 2009. 2. Bocoș M., Instruire interactivă, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca, 2002. 3. Calugher V., Dorgan V., Lungu E. Strengthening the Partnership between the University and Graduates: realities and Challenges. In: 3-rd Central and Eastern European LUMEN Intrenational Scientific Conference: New Approaches in Social and Humanistic Sciences, 8-9 June, 2017 Chisinau, p.103-104. 4. Calugher V. Rolul autocunoașterii în educația pentru carieră a studenților. În: "SPORT. OLIMPISM. SANATATE". Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a II-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău. p.21. ISBN 978-9975-131-51-3. 5. Calugher V., Popescu V. Social partnership in education for the students career: realities and trends. In: The Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Physical Education and Sport Management. Fascicle XV. Vol. 1, 2017, p. 31-34. ISSN-L 1454-9832 ISSN 2344-4584 (B+ category). 6. Calugher V. Monitorizarea inserției profesionale în câmpul muncii a absolvenților – instrument de management al calității procesului. In: Sport. Olympism. Health. IIIrd Edition Chisinau, Moldova 13-15 September, 2018. 7. Calugher V., Braniște Gh., Braniște T., Dorgan V. The modernization of higher education of physical culture from the Republic of Moldova in the context of the knowledge based society. In: The challenges of communication. Contexts and strategies in the world of globalism. Section: Communication, Education Sciences, Psychology and Sociology, Arhipelag XXI Press/2018, ISBN: 978-606-8624-00-6, pag.19-24. 8. Calugher Viorica, Gheorghe Braniște, Ecaterina Lungu. The Adaptation Of Physical Culture Higher Education Offer To The Labour Market. In: ICPEK 2018, International Congress of Physical Education, Sports and Kinetotherapy. Education and Sports Science in the 21st Century, Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceedings of Social @ Behavioural Sciences, ISSN: 2357-1330. 											

9. Cartaleanu T., Cosovan O., Goraș-Postică, V., Lîsenco S., Sclifos L. Formarea competențelor prin strategii didactice interactive, Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008.
10. Consilierea și orientarea în carieră – ghid pentru studenți și absolvenți. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, 2008.
11. Cristea G., Managementul lecției. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
12. Cucuș C., Pedagogie, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Polirom, Iași, 2006.
13. Dalat Y. Ghidul reușitei tale profesionale, Editura Polirom, Iași, 2003.
14. Dandara O. Ghidarea și proiectarea carierei în contextul educației permanente. Chișinău: CEP USM, 2012.
15. Dandara O., Mija V. Proiectarea carierei și ghidarea în carieră: Suport metodologic pentru elevii și cadrele didactice din învățământul secundar vocațional-tehnic. CEP USM, Chișinău, 2014.
16. Jigău M. Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici. Editura SIGMA, București, 2007.
17. Gheorghe A., Mățan I., Maței M. Dirigenția și consilierea. Ghid metodologic. Editura Alexandru Gheorghe, Craiova, 2004.
19. Goleman D. Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2001.
20. Colwell P. Cheia succesului, Editura Polirom, Iași, 2003.
21. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: ghidul profesorului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
22. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: manualul elevului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
23. Guțu VI. (coord.), Educația centrată pe cel ce învață. Ghid metodologic, CEP USM, Chișinău, 2009.
24. Guțu VI. (coord.), Psihopedagogia centrată pe copil, CEP USM, Chișinău, 2008.
26. Ionescu M., Radu I. Didactica modernă, Cluj-Napoca, Editura Dacia, 2001.
28. Lemeni G., Axente, A. Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele IX-XII/SAM, 2004.
29. Lemeni G., Miclea, M. Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră, 2010.
30. Minder M., Didactica funcțională. Obiective, strategii, evaluare, Ed. Cartier, București, 2003.
31. Măgurianu L. A., Azoîței, N. D. Un ghid mic pentru o carieră mare. ediția a II-a revizuită, Asociația Alternative Sociale, Iași, 2006.
32. Nicu A. Strategii de formare a gândirii critice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
33. Salomia E., Marcinschi, M. Ghidul carierei mele. București: Centrul Educația 2000+, 2002.
35. Sclifos L., Goraș-Postică V.ș.a., O competență-cheie: a învăța să înveți. Ghid metodologic, Chișinău, C. E.PRO DIDACTICA, 2010.
36. Succesul profesional: ghidul profesorului și al consultantului voluntar/ Junior Achievement Romania, București, 2012.
37. Papuc I., Albu M., Jurcău N. Procesul decizional managerial în sfera educațională, 2011.
38. Pease A., Garner A., Limbajul vorbirii-arta conversației. Editura Polimark, București, 1994.
39. Temple Ch., Steele J.L., Meredith K.S. Aplicarea tehnicilor de dezvoltare a gândirii critice. Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2003.
40. Tomșa Gh. Consilierea și orientarea în școală. Casa de Editură Viața Românească, București, 1999.
41. Ghica Vasile (1998). Ghid de consiliere și orientare școlară pentru orele de dirigenție, Iași: Polirom.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Management și legislație în educație fizică și sport					
Titularul cursului		Volcu Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 25	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Management și legislație în educație fizică și sport” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Această disciplină este prevăzută, conform planului de învățământ și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Codul Educației al Republicii Moldova.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul I academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de consolidare și inovare, cât și inițierea în practicarea unor discipline practice.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ competențe de utilizare a conceptelor specifice și principiilor fundamentale ale științei managementului sportiv;➤ competențe referitoare la descrierea principalelor concepte, teorii, metodologii și proceduri utilizate în organizarea și funcționarea organizațiilor sportive;➤ competențe de aplicare a tehnicilor de relaționare în grup, deprindere și exercitare a rolurilor specifice în munca în echipă, prin dezvoltarea abilităților de comunicare managerială și interpersonală.➤ Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei						

	<p>organizații sportive și înregistrarea acestora la organele competente;</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Insușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea sportivă; ➤ Capacitatea de adaptare la medii concurențiale aflate în continuă schimbare. ➤ Capacitatea de proiectare, elaborare și implementare a strategiilor economice și manageriale pentru rentabilizarea organizațiilor sportive. ➤ Capacitatea de adoptare a deciziilor manageriale în diferite stări ale condițiilor obiective. ➤ Abilități de leadership la nivel organizațional. ➤ Abilitatea de a lucra în echipă, de a antrena și motiva angajații și de a gestiona conflictele la nivel organizațional. ➤ Capacitatea de a conduce: unități școlare, structuri ale administrației publice de specialitate centralizate și deconcentrate, structuri și baze sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă ✓ Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei ✓ Aplicarea și interpretarea legislației sportive. ✓ Capacitatea de a îndeplini atribuțiile de manager la diferite niveluri ale unei organizații ✓ Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte dintre cele mai diverse. ✓ Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv și constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de management sportiv; - să definească sistemul de management al organizației sportive; - să cunoască și să realizeze unele soluții creative ale problemelor subsistemelor din cadrul organizațiilor sportive vizate atât nivelul strategic, cât și tactic/ operațional al managementului; - să cunoască obiectivele Politicii Uniunii Europene în domeniul educației și tineretului - să menționeze în ce constă colaborarea federației de profil cu autoritatea publică administrativă centrală; - să definească și să înțeleagă funcțiile MRU; - să acumuleze cunoștințe cu privire la conflictele de muncă și a metodelor de rezolvare a acestora; - să cunoască și să interpreteze legislația cu privire la salarizarea muncii în domeniul de referință; - să cunoască și să prezinte rolul managerilor în performanțele organizației sportive care este ; - cunoască actele normative naționale și internaționale ce reglementează sportul. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să prezinte sensurile managementului; - să prezinte principalele școli de management ; - să prezinte și să caracterizeze principalele Structuri sportive din Republica Moldova; - să interpreteze și să aplice baza legală de funcționare și administrare a unei structuri sportive; - să identifice și să prezinte elementele definitorii ale managementului sistemului național de educație fizică și sport; - să concretizeze specificul structurilor organizatorice în management; - să prezinte componentele activităților specifice categoriilor de personal angajat în organizațiile sportive.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> -să concretizeze care sunt principiile de management. - să prezinte organizarea, ca proces de diviziune a muncii. - să caracterizeze și să realizeze profilul managerului sportiv; - interpreteze actele normative din domeniul de referință; - soluționeze critic și inovativ spețe din practica juridică sportivă; - cunoască principalele documente directoare ale Uniunii Europene în domeniul sportului; - identifice structurile responsabile cu sportul în Uniunea Europeană și să stabilească competența acestora. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Fundamente teoretice ale managementului	6	2	2	2
	2	Sistemul de management al organizației sportive. Politica europeană în domeniul educației	4		2	2
	3	Organizațiile sportive. Structuri organizatorice în management	12	2	4	6
	4	Activitatea profesională a resurselor umane din domeniul educației fizice și sport	7	1	4	2
	5	Managementul financiar și finanțarea sportului în republica moldova	8	2	2	4
	6	Managementul schimbării	6		2	4
	7	Decizia managerială și procesul de luare a deciziilor	8	2	2	4
	8	Managementul comunicării. Comunicația în sport	8	2	2	4
	9	Timpul, resursă importantă în management	6		2	4
	10	Metode de conducere moderne	6		2	4
	11	Controlul managerial	8	2	2	4
	12	Legislație sportivă națională și internațională	11	2	4	5
	Total	90	15	30	45	
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategia didactică la disciplina „Management și legislație în educație fizică și sport” se va orienta după realitatea că studenții au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând studenții în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>Proiectarea didactică la disciplina studiată va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în</p>					

	<p>cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare</i> se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritimizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Activitatea evaluativă va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei. Forma de evaluare finală o reprezintă examenul oral bazat pe bilete de evaluare .</p> <p>Evaluarea finală – desfășurată la sfârșitul semestrului se finalizează în conformitate cu standardele de competență și cu susținerea examenului planificat conform orarului de către Decanatul Facultății Pedagogie din cadrul USEFS.</p> <p>Pentru a asigura evaluarea performanțelor academice vor funcționa diverse tipuri de activități:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea independentă a competențelor; - evaluarea colectivă (a echipei de studenți); - evaluarea în cadrul activităților practice de instruire organizate în procesul instructiv educativ în mediul academic sau realizat în condiții la domiciliu. Participarea activă la concursuri didactice, competiții sportive, alte activități de valoare, precum conferințele științifice organizate la nivel universitar. 	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budevici Puiu L., Manolachi V. Management și legislație în educația fizică și sport. – Curs universitar, Chișinău, USEFS, 2016. 2. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 2012 3. Budevici A. Management în educație fizică și sport. – Iași, 2000. 4. Bădescu A., Mirci C., Bögge G. Managementul resurselor umane. Manualul 5. Dragos P.F. Management în sport, Oradea, 2014. 6. Manolachi V. Managementul și dezvoltarea durabilă a sportului, Ed.USEFS, Chișinău, 2016. 7. Voicu A.V. Legislație și management în educație fizică și sport. Ed. Inter-Tonic, Cluj-Napoca, 1995. – P.86-93. 8. Voicu A.V. Managementul organizațiilor și activității sportive. – Cluj Napoca, Risoprint, 1998 9. profesionistului Timișoara : Brumar, 2008. 10. Legea nr.330 cu privire la cultura fizică și sport, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 25.03.1999 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Teoria și metodică antrenamentului sportiv					
Titularul cursului		Carp Ivan					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 26	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			60
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- btcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		60	16	-	14	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria și metodologia antrenamentului sportiv” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• <i>obiective generale</i>, care au un grad de generalitate, fiind orientate spre formarea la studenți unui sistem integrativ de cunoștințe teoretice, priceperi și deprinderi speciale necesare profesorului de educație fizică sub aspect organizatoric, constructiv, comunicativ, gnostic și motric;• <i>obiective cadru</i> formarea unor cunoștințe metodologice speciale cu privire la organizarea și desfășurarea activităților de educație fizică și sport la nivelul învățământului preuniversitar, universitar și alte contingente de populație, priceperilor și deprinderilor de cercetare științifică în cadrul procesului instructiv – educativ și practicii pedagogice;• <i>obiectivele de referință</i> – spre deosebire de cele cadru (generale) sunt elaborate pentru fiecare temă în parte, acestea precizează rezultatele așteptate de la studenți în procesul de instruire, urmărind progrese în achiziții de cunoștințe și capacități de la o temă la alta, pe baza respectării principiilor metodice de instruire. <p>Prin realizarea obiectivelor curriculare se dezvoltă un nou ciclu de competențe, deprinderi și abilități care se întemeiază pe achizițiile competențelor-cheie dobândite de studenți menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 60 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 2 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a activităților extracurriculare/sportive; • Utilizarea metodologiilor de pregătire a elevilor/sportivilor de diferite vârste ; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; • Susținerea și promovarea organizării concursurilor și competițiilor sportive în instituțiile preuniversitare; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul instituțiilor preuniversitare, scolilor și cluburilor sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării obiectivelor specifice antrenamentului sportiv în corespundere cu proba de sport practică; • Aplicarea mijloacelor, metodelor și procedurilor metodice în corespundere cu specificul probelor sportive incluse în curriculum la nivel de module; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile și cercurile sportive.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei TMAS; ▪ să caracterizeze principiile specifice ale antrenamentului sportiv; ▪ să identifice mijloacele și componentele de bază ale antrenamentului sportiv; ▪ să caracterizeze structura și conținutul antrenamentului sportiv; ▪ să identifice factorii se determină selecția și orientarea copiilor cu aptitudini pentru practicarea sportului; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire a sportivilor în diferite probe la nivelul modulelor curriculumului în vigoare; ▪ să cunoască metodologia de organizare și desfășurare a competițiilor sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine conținutul și particularitățile definitorii ale antrenamentului sportiv; ▪ să construiască și să elaboreze modele de de pregătire a sportivilor la nivel de lecție de antrenament, micro, mezo și macrocicluri; ▪ să analizeze și să explice metodologia de pregătire a sportivului; ▪ să aplice mijloacele antrenamentului sportiv în diverse activități desfășurate cu copiii din învățământul preuniversitar în scopuri instructive și de asanare; ▪ să aplice cunoștințele acumulate în cadrul activităților extracurriculare de pregătire a diferitor categorii de elevi. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice fenomenul cu privire la legătura efortului și odihnei în cadrul antrenamentului sportiv ; ▪ să formuleze și să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea subiecților ce practică o probă de sport la nivel de activități extracurriculare; ▪ să îmbine mijloacele și metodele cu componentele specifice ale antrenamentului sportiv în procesul de pregătire a diferitor categorii de subiecți;

	▪ să respecte particularitățile individuale și de vârstă ale sportivilor în cadrul procesului de antrenament.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
		Teoria și metodică antrenamentului sportiv – ramură a științei culturii fizice.	3	2	1	3
	2	Mijloacele antrenamentului sportiv	4	2	2	4
	3	Conținutul antrenamentului sportiv	4	2	2	4
	4	Structura procesului de antrenament	4	2	2	4
	5	Principiile specifice procesului de antrenament sportiv.	3	2	1	3
	6	Antrenamentul sportiv–proces de pregătire multianuală	4	2	2	4
	7	Selecția copiilor cu aptitudini pentru practicarea sportului	4	2	2	4
	8	Dezvoltarea capacității de performanță – obiectiv fundamental al antrenamentului sportiv	4	2	2	4
	Total		30	16	14	30
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
	Nota finală			100%		

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. Teorie și metodică. Editura didactică și pedagogică. R.A., București, 1996. – 363 p.</p> <p>2. Dragnea A. Teoria sportului. Editura FEST,, București, 2002. – 610 p.</p> <p>3. Carp I., Rață G. Principii și metode didactice specifice educației fizice și sportului. -Bacău: Alma Mater, 2013. 176 p.</p> <p>3. Carp I. Teoria și metodică antrenamentului sportiv: curs de lecții pentru studenții ciclului I de instruire. Chișinău, USEFS. 2016 ,67 p. Aprobata la ședința consiliului Facultății de Pedagogie din 20 septembrie, 2016, proces-verbal nr. 2 (www.usefs.md., moodle. Suport electronic).</p> <p>4. Matveev L.P., Novicov A.D. Teoria și metodică educației fizice. Editura Sport-Turism, București, 1980.</p> <p>5. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași : PIM, 2013. 373 p.</p> <p>6. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Учебник для высш. Учеб.зав. ФВ и С. В 2-х томах. Издательство «Олимпийская литература», 2003.</p> <p>7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. – 3-е изд., перераб. И доп. – М.: Физкультура и спорт , СпортАкадемПресс,2008.-544 с.</p> <p>8. Максименко А.М Теория и методика физической культуры: Учеб для вузов физической культуры /- 2-е изд. Испр. И доп . – М.: Физическая культура, 2009. – 496 с.</p> <p>9. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев, Олимпийская литература, 1997, с 396-400</p> <p>10. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под.ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. 2-е изд., испр. М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.</p> <p>11. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. Высш. Учебн. Заведений. Издательский центр «Академия», 2004</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Turism					
Titularul cursului		Onoi Mihail/Borzin Irina					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.04.O.27	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI – lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	45	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turism” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">-obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul general de studiu Științe al sportului, capabili de a: organiza activități turistice cu caracter sportiv, utiliza echipamentul turistic colectiv, individual și special în cadrul activităților turistice, executa procedee tehnice în cadrul activităților turistice sportive etc.;-obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul de formare profesională Științe ale sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea aspectelor sportive ale activităților turistice și rolul lor în cadrul pregătirii sportivilor în diverse probe de sport;-obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua</p>						

	<p>abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții facultății sport din cadrul USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea și desfășurarea marșurilor turistice; • Dirijarea și coordonarea activităților pentru organizarea diferitor tipuri de turism: pedestru, montan și nautic; • Utilizarea metodologiilor de analiză a elementelor de topografie utilizate în cadrul activităților turistice; • Organizarea și desfășurarea unei întruniri turistice la alegere (tehnica turistică sau orientarea sportivă); • Susținerea și promovarea desfășurării activităților turistice în cadrul școlii și în afara ei; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera turismului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor în scopul practicării unor tipuri de turism specifice zonei geografice; • Utilizarea nodurilor turistice pe parcursul desfășurării marșului turistic pedestru și în timpul traversării etapelor tehnice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește desfășurarea activităților turistice în cadrul secțiilor și cercurilor turistice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească noțiunile principale ale turismului (turism, plimbare, călătorie, excursii, turism sportiv, marș turistic, orientare, turism pedestru, nautic și montan); • să identifice particularitățile fiecărui tip de turism (pedestru, montan și nautic); • să caracterizeze obiectivele principale ale călătoriilor și excursiilor turistice; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a călătoriilor și excursiilor turistice; • să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice; • să caracterizeze procesul de organizare a activităților turistice în școli, licee, colegii și taberele de odihnă pentru copii. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine rolul și funcțiile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice, excursiilor, călătoriilor ș.a; • să elaboreze un plan de pregătire și organizare a unui marș turistic de diferite categorii de complicitate; • să elaboreze un plan calendaristic de desfășurare a activităților, măsurilor și întrunirilor turistice (turiade, alpiniade, competiții); • să cunoască și să aplice procedeele tehnice și tactice în cadrul activităților turistice; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul marșurilor turistice: pedestre, montane, nautice. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice pe care le va desfășura; • să explice etapele de pregătire și desfășurare a marșurilor turistice; • să comunice și să acționeze eficient în cazurile excepționale ce pot apărea în

		timpul desfășurării activităților turistice (fie competiții sau marșuri turistice); să respecte particularitățile fiecărui tip de activitate turistică (pedestru, nautic și montan).				
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Turismul școlar	1	1		
	2	Formele și conținutul lucrului turistic în școli, licee, colegii și tabere de odihnă pentru copii	2	2		
	3	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice	4	2		2
	4	Noțiuni de topografie și cartografie	4	2		2
	5	Orientarea în contextul lumii sportive	2	2		
	6	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.	4	2		2
	7	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii	4	2		2
	8	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	4	2		2
	9	Formele și conținutul lucrului turistic în școli, licee, colegii și tabere de odihnă pentru copii	2		2	
	10	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice	2		2	
	11	Utilizarea echipamentului necesar pentru desfășurarea marșurilor turistice	4		2	2
	12	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan	4		2	2
	13	Tehnica și tactica marșului turistic nautic	2		2	
	14	Orientarea în contextul lumii sportive	2		2	
	15	Pregătirea topografică	2		2	
	16	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii	2		2	
	17	Regulamentul măsurilor și întrunirilor turistice	2		2	
	18	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	4		2	2
	19	Orientarea cu busola	4		2	2
	20	Orientarea cu harta topografică	4		2	2
	21	Semnele convenționale, lucru cu harta topografică	2		2	
	22	Tehnica orientării sportive	5		3	2
	23	Tehnica măsurării distanțelor	4		2	2
	24	Tactica orientării sportive	2		2	
	25	Nodurile turistice și folosirea lor	4		2	2
	26	Nodurile de asigurare	2		2	
	27	Tehnica turistică la etapele tehnice: urcări și coborâri.	2		2	
	28	Tehnica turistică la etapele tehnice: trecerea suspendată, corzi paralele și	2		2	2

		pendulul.				
	29	Analiza traumelor în cadrul acțiunilor turistice	2		2	
	30	Acordarea primului ajutor medical în cadrul acțiunilor turistice.	2		2	2
	Total		90	15	45	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<p>1. Baculina T., Popovciuc M. Semnele convenționale pentru hărțile de orientare ISOM2000, Chișinău, 2004</p> <p>2. Dragoi C. Turism și activități sportive în spațiul montan. București: Editura Edusoft, 2006. 276 p.</p> <p>3. Dumbrovă B. Cartea munților. Și alte scrieri. Editura: România pitorească, 2015. 160 p. ISBN: 978-606-93923-0-0.</p> <p>4. Ganopolschii V. Turism și orientare sportivă. Moscova, 1987.</p> <p>5. Onoi M. Metodica pregătirii sportive în turism a copiilor de vârstă gimnazială în cadrul unui ciclu anual de antrenament. Revista științifico-metodică Teoria și Arta Educației Fizice în Școală. Ediția nr.1/2009, p. 39-40.</p>					

6. Vasilachi C, Barber V. Nodurile turistice. Chişinău, 2005.
7. Бабкин А. Специальные виды туризма: учебное пособие. Издательство: Издательство „Советский Спорт”, 2008. 208 с.
8. Веткин В.А. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. М.: Издательство: „Советский Спорт”, 2014. 208 с. ISBN: 9785971805243.
9. Востоков И., Федотов Ю. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник для ВУЗов. Гриф УМО. Издательство: Издательство „Советский Спорт”, 2008. 464 с.
10. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с.
11. Дитятев О.П. Основы техники спортивного туризма и спортивного ориентирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. Барнаул: АлтГПУ, 2015.
12. Зотова Н. Все о выживании в походе. Азбука туриста. Харьков: Издательство „Ранок”, 2010, с. 21-26.
13. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: Учебное пособие. Москва: Издательство „Советский Спорт”, 2009. 392 с.
14. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно–методическое пособие. 2-е изд., дополненное. М.: ФЦДЮТК, 2006. 208 с.
15. Кудинов В.С. Учебник по технической подготовке юных спортсменов ориентировщиков. Уроки ориентирование в школе. Волгоград, 2017.
16. Максимов Л. Спортивный горный туризм. Москва, 2011. 708 с.
17. Поликарпов В. Методическая разработка внеклассного мероприятия по курсу ОБЖ. «Школьный туристический слет».



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Jocuri dinamice					
Titularul cursului		Bragarenco Nicolae					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 04 O. 28	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI – lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	16	-	44	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Jocuri dinamice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina „Jocuri dinamice” prin obiectivele și conținuturile didactice programate prevede acumularea cunoștințelor teoretice, formarea deprinderilor motrice generale și utilitar-aplicative, însușirea metodicii predării jocurilor dinamice, precum și formarea deprinderilor profesional-organizatorice necesare pentru desfășurarea independentă a orelor de educație fizică și a activităților extracurriculare cu elevii din sistemul învățământului preuniversitar.</p> <p>Curriculumul Jocuri Dinamice este elaborat în conformitate cu cerințele actuale ale învățământului formativ ce asigură realizarea obiectivelor educaționale și a conținuturilor didactice și, în ansamblu, contribuie la formarea competențelor profesionale în domeniul educației fizice școlare.</p> <p><i>Obiectivele generale ale disciplinei:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Facilitarea integrării sociale a personalității studentului prin crearea condițiilor favorabile pentru dezvoltarea și realizarea maximă a potențialului intelectual și creativ;• Dezvoltarea competențelor pedagogice pentru realizarea obiectivelor educaționale din curriculumul disciplinar școlar;• Valorificarea analitico-sintetică și implementarea pragmatică a cunoștințelor teoretico-practice prin tehnologii didactice moderne. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi de performanță profesională.</p>						

	<p>Conținuturile curriculare vor contribui la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință ale planului de învățământ, fiind structurate în baza principiilor consecutivității și accesibilității.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a conținuturilor, în vederea formării competențelor specifice disciplinei și a celor profesional-pedagogice.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educație fizică.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea aspectelor teoretice, metodice și aplicative ale jocurilor dinamice, în conexarea diferitor discipline școlare, demonstrând atitudine și perseverență. • Practicarea jocurilor dinamice în diferite forme de organizare, demonstrând motivației de practicare continue și propagare sistematică a jocurilor dinamice în rândul generației în creștere. • Explorarea deprinderilor motrice și priceperilor organizatorico-pedagogice cu precădere din domeniul metodicii predării/organizării jocurilor dinamice în școlile învățământului general, manifestând curiozitate și implicare. • Valorificarea culturii estetice și tactului pedagogic în activități de învățare și cotidiene, demonstrând calități specifice viitorului specialist din domeniul educației fizice și sportului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea abilităților profesionale și pedagogice în rezolvarea sarcinilor complexe în cadrul activităților din învățământul formal și nonformal al elevilor din învățământul general; • Aplicarea tehnologiilor didactice moderne în practica profesională specifice domeniului; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile și cercurile de orientare sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ apariția și evoluția jocurilor dinamice; ▪ clasificarea și sistematizarea jocurilor dinamice; ▪ formele de practicare jocurilor dinamice în sistemul învățământului preuniversitar și complementar; ▪ organizarea și desfășurarea jocurilor dinamice în sistemul de învățământ general. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ selecta, demonstra și arbitra jocuri dinamice în activitățile școlare și extrașcolare; ▪ aplica variante ale jocurilor dinamice în dependență de vârsta și sexul participanților; ▪ modela conținuturi didactice specifice jocurilor dinamice; ▪ implementa jocuri dinamice ca activități de învățare în dependență de conținuturile curriculare. ▪ organiza și desfășura starturi vesele. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine metode interactive și de joc în strategiile moderne de predare-învățare; ▪ să aplice metode eficiente de joc în activități recreative ale elevilor din învățământul general; ▪ să elaboreze proiecte la nivel global și secvențial, a scenariilor specifice disciplinei aplicând activități de joc; ▪ să respecte particularitățile specifice jocurilor.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Originea și importanța pedagogică a jocurilor dinamice. Caracterul fortificator și educativ.	6	2	4	2
	2	Bazele metodicii practicării jocurilor dinamice în cadrul lecțiilor de educație fizică.	6	2	4	2
	3	Formele de organizare și practicare a jocurilor dinamice în sistemul educației fizice și sportului.	6	2	4	4
	4	Metodica organizării și desfășurării jocurilor dinamice programate în cadrul lecțiilor de educație fizică.	6	2	4	2
	5	Practicarea jocurilor dinamice în programul zilei de învățământ.	10	2	8	6
	6	Locul jocurilor dinamice programate și desfășurate în activitățile motrice extracurriculare și extrașcolare.	10	2	8	4
	7	Jocurile dinamice ca mijloc și metodă de dezvoltare a calităților motrice.	8	2	6	6
	8	Locul jocurilor dinamice și practicarea lor în diverse probe sportive.	8	2	6	4
Total			90	16	44	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice cât și activitatea individuală a studentului. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, prezentarea practică, desfășurarea activităților prin joc etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ noninstrumentală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate prin alte discipline practice ale planului de învățământ.</p> <p>2. Evaluarea formativă care se efectuează sub forma de <i>prezentare și organizare a jocurilor dinamice cu colegii din grupă în lecțiile practice a le cursului. și activități individuale de proiectare a jocurilor în dependență de sarcina abordată</i>. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină în cadrul cursului. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		

în %)	Nota de la activitatea practică	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. <i>Curriculum pentru învățământul primar</i>, aprobat la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1124 din 20 iulie 2018.</p> <p>2. Curriculum național. Aria curriculară <i>Sport</i>. Curriculum la disciplina <i>Educație fizică</i>, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019.</p> <p>3. Ghidul de implementare a curriculumului la disciplina <i>Educație fizică</i>, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019.</p> <p>4. Badiu T., Ciorbă C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlărilor (metode și mijloace). Editura „Garuda Art”. – Chișinău, 1999. – 363 p.</p> <p>5. Chicu V. Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea capacităților coordinative. Chișinău: UASM, 2006. 103 p.</p> <p>6. Ghimp A., Budevici-Puiu A. Teoria și metodică jocurilor dinamice. Manual pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 480 p.</p> <p>7. Rață g., Rață C-tin B. Aptitudinile în activitatea motrică, Editura Edusoft, Bacău, 2006.</p> <p>8. Stănescu M., Ciocă C. și Urzeală C. Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Ed. Cartea Universitară, București, 2004.</p> <p>9. Арсене И., Тэбырца В. Подвижные игры и эстафеты на уроках физической культуры. Кишинев: Valinex, 2013. 110 с.</p> <p>10. Асеева И., «Играем в игры-минутки: 15 минут — это много!», Издательство: Сибирское университетское издательство, 2010, с. 192</p> <p>11. Жуков М. Подвижные игры. М.: Академия, 2000. 158 с.</p> <p>12. Левченко А. «Игры, которых не было: Сборник спортивно-подвижных игр», Издательство: Педагогическое общество России, 2007, с. 128.</p> <p>13. Лепти Э. «Как прогнать скуку: Большая книга советов, больше 100 веселых игр, чтобы не скучать! Для детей от 8 лет», Издательство: Эксмо, 2013, с. 88</p> <p>14. Рипол Ариэль, «55 лучших игр со всего света», Издательство: Пчелка, 2015, с. 128</p> <p>15. Сборник «Большая книга игр», Издательство: Эксмо, 2014, с. 240</p> <p>16. Утробина К.К. «Подвижные игры для детей 5-7 лет. Сценарии физкультурных занятий и развлечений в ДОУ», Издательство: ГНОМ, 2015, с. 35-56.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Handbal					
Titularul cursului		Verejan Ruslan					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.O.29	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	10	-	35	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Handbal” prevede studierea compartimentelor de istorie, teorie și metodică predării handbalului, posedarea procedeelor tehnico-tactice a acestui joc, însușirea deprinderilor profesionale pentru organizarea și desfășurarea de sine stătător a procesului instructiv-educativ la handbal, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Principalele sarcini ale curriculumului sunt acumularea de către studenți a cunoștințelor teoretico-metodice a probelor de baschet și volei și formarea deprinderilor profesionale pedagogice necesare.</p> <p>Lucrul instructiv a cursului la disciplina ”Handbal” se organizează sub formă de prelegeri, lecții metodic-practice și seminare, practica de instruire și lucrul individual.</p> <p>În cadrul lecțiilor teoretice studentul acumulează cunoștințe teoretice despre istoria, teoria și metodică jocurilor de handbal.</p> <p>La lecțiile metodic-practice se însușesc deprinderile și priceperile demonstrării și explicării exercițiilor speciale și ajutătoare, se acumulează cunoștințe despre organizarea lecției școlare de handbal, metodică învățării elementelor tehnice și acțiunilor tactice de joc. Pe parcursul acestor lecții se acumulează bagajul metodic ale studenților cu exerciții pregătitoare, ajutătoare și speciale, se însușesc elementele și procedeele tehnico-tactice necesare, deprinderi despre organizarea și desfășurarea competițiilor.</p> <p>În timpul practicii de instruire studenții la comanda profesorului, alcătuiesc complexe de exerciții pentru învățarea tehnicii jocului, pregătesc proiecte didactice a diferitor părți a lecției și a lecției de educație fizică.</p> <p>Lucrul individual al studenților include în sine lucrul cu literatura recomandată,</p>						

	<p>perfecționarea sportivă individuală, alcătuirea complexelor de exerciții, fișelor de joc, proiectelor didactice a lecției etc.</p> <p>Examenul are drept scop verificarea însușirii elementelor tehnice a handbalului și a cunoștințelor teoretico-metodice ale acestor joc sportiv. Materialul programei se modifică în funcție de schimbările planului de studii și se aprobă în fiecare an.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Curriculumul la disciplina Handbal este documentul normativ - reglator, care stabilește cadrul operațional de realizare a prevederilor de politici educaționale, reieșind din perspectiva de evoluție a statului Republica Moldova, axat pe prioritățile de formare a cetățenilor, orientat spre atingerea unui nivel înalt al calității în educație fizice și sport.</p> <p>Este conceput pentru a ajuta studenții să dezvolte competențele de care au nevoie pentru a se socializa, a se evalua, a duce o viață sănătoasă, a fi independent, pentru a deveni profesional calificativi, activi, integri, a fi responsabili în luarea deciziilor corecte și clare în domeniul specialității sale.</p> <p>Curriculumul la disciplina "Handbal" are ca finalitate formarea competențelor profesionale, prin achiziții specifice disciplinei, dar și prin valorificarea interdisciplinară a achizițiilor câpătate în cadrul altor discipline universitare.</p> <p>Didactica jocului de handbal este structurată în cinci module:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea evoluției jocului de handbal. Determinarea locului jocului de handbal în ierarhia internațională după popularitatea și modul de practicare. 2. Asigurarea cunoștințelor în domeniul tehnicii și tacticii jocului de handbal. 3. Argumentarea rolului jocului de handbal în cadrul disciplinei școlare "Educație fizică". Cerințele și principiile curriculare a acestor discipline sportive. 4. Determinarea aspectelor metodice de însușire a jocului de handbal. Aplicarea metodelor și mijloacelor specializate educației fizice și sportului. 5. Formarea abilităților și organizarea a competițiilor cu elevii de diferite vârste.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Ca rezultat în urma studierii disciplinei curriculare "Handbal" studentului i se va forma următoarele competențe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - capacitatea de argumentare și susținere a noțiunilor de tehnica și tactica jocului de handbal; - capacitatea de orientare în regulamentul jocului de handbal; - acumularea cunoștințelor în domeniul istoriei jocului de handbal și importanța practicării acestui joc; - abilități de aplicare ale jocului de handbal cu persoane de diferită vârstă; - capacitatea de organizare a jocului de handbal în cadrul curriculumului școlar, în clasele începătoare, gimnaziale, liceale. <p>Competențe și aptitudini specifice specialistului de profil (profesor de educație fizică):</p> <ol style="list-style-type: none"> a) Cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor principale în domeniul jocului de handbal; • cunoașterea, înțelegerea și interpretarea a elementelor și procedeele tehnice ale jocului de handbal; • aplicarea în practică a elementelor principale în jocul de handbal cu începătorii; b) Instrumental- aplicative <ul style="list-style-type: none"> • realizări unor aplicații practice a cunoștințelor acumulate; • aplicarea regulamentului de handbal în organizarea competițiilor de diferit nivel; • aplicarea exercițiilor specializate pentru însușirea și perfecționarea tehnicii și tacticii ale jocului de handbal; c) Cercetare <ul style="list-style-type: none"> • manifestarea capacităților de creștere profesionale prin intermediul aplicării jocului de handbal pentru specialiștii din domeniul culturii fizice și sportului; • aptitudini de lucru individual și în echipă, în dependența de sarcinile și obiectivele înaintate de profesor. d) Informaționale

	<ul style="list-style-type: none"> • competența de aplicare eficientă a acțiunilor tehnice în jocul de handbal; • competența de cunoaștere a regulamentului jocului de handbal; • aptitudini de realizare a surselor informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a specialistului. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Tema: Istoria evoluției jocului de handbal. Tendințele contemporane în dezvoltarea lui. Locul pentru joc, utilajul și inventarul. Istoria dezvoltării jocului de handbal.	6	2	-	4
	2	Tema: Analiza regulilor de joc și metodică arbitrajului. Regulamentul jocului de handbal.	6	2	-	4
	3	Tema: Tehnica jocului de handbal în atac, clasificarea tehnicii, metodică de învățare a procedurilor tehnice. Caracterizarea componentei tehnico-tactică în jocul de handbal.	13	2	6	5
	4	Tema: Tehnica jocului de handbal în apărare, clasificarea tehnicii, metodică de învățare a procedurilor tehnice. Metodică predării acțiunilor tehnico-tactice în handbal.	11	2	5	4
	5	Tema: Tehnica jocului portarului, specifică jocului. Organizarea competițiilor jocului la handbal.	12	2	4	6
	6	Tema: Tactica jocului de handbal în atac, clasificarea tacticii, metodică de învățare a acțiunilor tactice.	10	-	4	6
	7	Tema: Tactica jocului de handbal în apărare, clasificarea tacticii, metodică de învățare a acțiunilor tactice.	8	-	4	4
	8	Tema: Tactica jocului portarului, acționare cu apărătoru, specifică jocului.	8	-	4	4
	9	Tema: Instruirea practică pentru însușirea, demonstrarea procedurilor tehnice și tactice.	8	-	4	4
10	Tema: Organizarea și desfășurarea competițiilor la handbal.	8	-	4	4	
Total ore			90	10	35	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de</p>					

	grup, activități individuale.		
Strategii didactice de pregătire-învățare	<p>Practicile educative de predareactivizantă și de stimulare a potențialuluicreativ al studentului se înscriu îndezeritatele pedagogiei moderniste și postmoderniste, de cooperare și reflexieasupra învățării. Specific instruirii interactiveeste interrelația de învățare care se stabileșteatât între studenți și profesori cât și între student-student. Munca activă și creativă a studentului arela bază procedee de construcție a cunoașterii,de restructurare a ideilor, de regândire agândirii, metacogniția. Însușirea strategiilormetacognitive are în vedere reflectareadin partea studentului asupra propriei identități,ca subiect al învățării, efectuând analize denevoi și așteptări educaționale propriiintereselor sale, în concordanță cuparticularitățile și posibilitățile cognitive,practice și efort intelectual și fizic de caredispune.</p> <p>Metoda, considerată ca fiind o cale, o modalitate de lucru, sau un program dupăcare se desfășoară acțiunile practice și intelectuale, contribuie la îndeplinirea obiectivelor și sarcinilor didactice intermediare și finale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - metode clasice (tradiționale), verificate și stabilizate în ceea ce privește eficiențaprosesului instructiv-educativ, din care fac parte: expunerea, conversația, demonstrația,exercitiul/exersarea etc; - metode moderne, noi, ce vin să completeze, să ușureze și să stimuleze activitateainstructiv - educativă:modelarea, algoritimizarea, problematizarea, etc. <p>Transmiterea, însușirea și evaluarea cunoștințelor este un proces comple: ce se realizează prinfolosirea combinației tuturor metodelor. Formare unei imagini, a unei reprezentări clare se realizeazăcu ajutorul metodelc verbale (expunerea, povestirea, prelegerea,conversația), însă percepțiaînțelegerea reală este întregită de o observare dirijată asupra um demonstrații corecte și de oexecuție simțită (percepută, analizată de câți elev). Desfășurarea procesului instructiv-educativ, subformă de lecț școlară, necesită proiectarea activității (cu ajutorul algoritimizării modelarii) și folosirea unor metode care să stimuleze (învățarea prindescoperire, brain-stormingul) interesul și motivația. Evaluarea (aprecierea, notarea) vine să sublinieze eficiența metodelor folosite, contribuindastfel la transformarea comportamentului uman.</p> <p>Formarea unor reprezentări clare în ceea ce privește execuția rațională aictelor și acțiunilor motrice se realizează și cu ajutorul metodelor intuitive sau nonverbale. Aceste metode se bazează pe activitatea organelor de simț: văz, auz,cutanat, kinestezic. In cadrul metodei intuitive au evoluat câteva procedeedetodice printre care amintim: demonstrația și observația.</p> <p>Procesul de instruire-educare, specific educației fizice , este un proces ce este influențat, în mare parte, de sârguința și de interesul de care dă dovadă studentul în activitatea depregătire. În cadrul lecției de educație fizică, exersarea (practică și intelectuală) este metoda ce are labază activitatea de execuție, a subiecților, ca singură modalitate ce poate duce la îndeplinireaobiectivelor educației fizice și sportului, iar învațarea prin descoperire vine să completezemodalitatea de acumularea a cunciștințelor pe baza eforturilor proprii.</p>		
	Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	La stabilirea notei finale se iau în considerare	Ponderea în notare, exprimată în %
		Frecvența orelor academice	10%
		Susținerea testelor curente	20%
		Susținerea lucrării metodice	20%
Susținerea lucrării practice		20%	
Rezultatul la examen final	30%		
Referințe bibliografice	<p>1. BALINT E. Instruirea copiilor și juniorilor în conținutul jocului de handbal. Brașov: Universitatea Transilvania din Brașov, 2006, p.9-31.</p> <p>2. BĂDĂU D. Handbal. Brașov: Universitatea Transilvania din Brașov, 2007, p.42-51</p> <p>3. BUDEVICI A., CAPAȚINA GR., SUPONICOV V., VEREJAN R. Handbal liceal: teorie și metodică, manual experimental. Chișinău „Valinex” SA, 2012- ISBN 978-9975-68-200-8, 128 p.</p> <p>4. BUDEVICI A., VEREJAN R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în</p>		

handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p.

5. CIORBĂ C., ROTARU A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chișinău, 2016, P. 7 – 25

6. GOMBOȘ L. ș.a. Studiu privind rolul jocurilor dinamice ca metodă de învățare a jocului de handbal la nivelul copiilor și juniorilor. În: Anuar științific competițional în domeniul fundamental de știință Educație Fizică și Sport, Vol.II, nr.1, 10-12 decembrie. București: Complex Izvorani, 2010, p.123-125.

7. KUNST-GHERMĂNESCU I. HNAT V. Handbal, ediția a 3-a. București: Fundația România de Măine, 2006, 116 p.

8. ВЕРЕЖАН Р. Системогенез зачисления в группах начальной подготовки гандболистов 12-13 лет. Materialele conferinței științifice internaționale a doctoranzilor. Cultura fizică: probleme științifice ale învățământului și sportului. Chișinău: USEFS, 2012, ediția VII, p. 198-201.

9. ИВАНКОВ И.Т.Методические основы теории физической культуры, М.: Инсон, 2005, 367 с.

10. ИГНАТЬЕВА В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с.

11. МОВСЕЦОВ А.Г. Оптимизация средств педагогического контроля специальной физической подготовленности гандболисток старших спортивных разрядов. Минск. Мир спорта. N3. 2006,16-20с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Bazele statului și dreptului					
Titularul cursului		Manolachi Victor/ Pîrlii Inna					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 05 A. 30	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Drept	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail		Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Bazele statului și dreptului”, se adresează studenților USEFS din anii care au cuprins în planul de învățământ aceste discipline didactice.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul de profil.</p> <p>Cursul „Bazele statului și dreptului” reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculumul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ.</p> <p>Disciplina „Bazele statului și dreptului” este o parte componentă a sistemului general de pregătire a studenților, făcând parte din grupul științelor sociale, politice, juridice etc.</p> <p>Introducerea în drept se constituie în disciplina, care predînduse în primul an de studii:</p> <ul style="list-style-type: none">- realizează o deschidere către toate celelalte ramuri și discipline juridice, făcîndcă , de la început, studenții să aibă, în linii mari, imaginea a ceea ce urmează să însușească în cei patru ani de studiu;- tinde de la formarea deprinderii studenților de a concepe, studia și apoi, a aplica dreptul în contextul cunoașterii cadrului mai general, interrelațional uman în diplina cunoștință asupra strînsei legături dintre drept și societate, dintre drept și viață;- asigură o bază de cunoștințe necesară celor ce avînd preocupări și înclinații spre cercetare, vor încerca să aprofundeze aspecte filosofice ale dreptului;-în sfîrșit disciplina formează deprinderea la studenți de a urmări ceea ce este						

	<p>esențial în și pentru drept, de a încerca ei însșiși esențializări și de a depista și înțelege marile articulații ale dreptului ca fenomen și știință.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe de comunicare într-o limbă străină <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de comunicare într-o limbă străină. • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții. 4. Competențe acțional-strategice <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția societății 5. Competențe interpersonale, civice, morale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni cunoștințe și abilități de antreprenoriat în condițiile economiei de piață în scopul autorealizării în domeniul antreprenorial. • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Să demonstreze cunoașterea instituțiilor juridice și esența normelor juridice ce le reglementează. - Să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute. - Să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice. - Să evalueze locul și rolul dreptului din perspectiva propriei specialități. - Să definească, conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu. - Să cunoască esența, conceptul și trăsăturile statului. - Să cunoască conceptul, esența și accepțiunile noțiunii de drept. - Să determine mecanismul de stat. - Să identifice principiile de bază ale unui stat de drept. - Să sistematizeze drepturile și îndatoririle fundamentale ale cetățeanului într-un stat de drept. - Să identifice ramurile de drept și esența lor. - Să analizeze, să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează activitatea - - specialistului în domeniul securității.

	<ul style="list-style-type: none"> - Să explice noțiunile și principiile ce stau la baza statului și dreptului. - Să analizeze și să definească principiile (legile) ce stau la baza statului și dreptului. - Să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele de criză, legitățile, particularitățile de acțiune a fiecăruia. - Să stabilească locul și rolul dreptului în contextul altor științe juridice. - Să aprecieze importanța ramurilor de drept în evoluția științelor juridice. - Să aprecieze locul și importanța unor norme și instituții a ramurilor de drept penal, civil, administrativ în comparație cu celelalte ramuri de drept. - Să propună noi opinii, concepții benefice pentru ameliorarea conținutului normelor sau instituțiilor ramurilor de drept. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Bazele teoriei generale a statului	5	2	1	2
	2	Bazele teoriei generale a dreptului	5	2	1	2
	3	Raportul juridic. Relațiile juridice sportive.	5	2	1	2
	4	Răspunderea juridică a subiectului de drept.	7	2	1	4
	5	Cunoștințe și priceperi în elaborarea și aplicarea legislației sportive. Aplicarea normei în timp și spațiu.	7	2	1	4
	6	Aspecte generale privind unele ramuri de drept public	5	2	1	2
	7	Aspecte generale privind unele ramuri de drept privat.	7	2	1	4
	8	Aspecte generale cu privire la dirijarea culturii fizice și sportului în R.M	7	2	1	4
	9	Reglementarea juridică a organizațiilor sportive internaționale	7	2	1	4
	10	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă națională	5	2	1	2
	11	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă europeană	5	2	1	2
	12	Carta olimpică- statutul de bază în funcționarea mișcării olimpice	5	2	1	2
	13	Jurisdicția sportivă	6	2	1	3
	14	Arbitrajul în sport	7	2	1	4
15	Drepturile cetățenilor în domeniul culturii fizice și sportului	7	2	1	4	
	TOTAL	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale securității. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele istorice studiate să fie cît mai accesibile studenților. În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atît strategii tradiționale, cît și moderne: <i>expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe</i></p>					

	<p><i>paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol etc.</i></p> <p>Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gîndirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor studenților.</p> <p>Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, hărți, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media).</p> <p>Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor–student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a educației culturale.</p> <p>Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de <i>demers didactic postmodern</i> are un sens amplu și multidimensional, incluzînd, în primul rînd, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățămîntul universitar) și, în al doilea rînd, nivelul microdidactic (ora didactică).</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare–învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.</p> <p>Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.</p> <p>Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina <i>Bazele statului și dreptului</i> constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.</p> <p>În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedeelelor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare-notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise;</i> • <i>măsurarea rezultatelor școlare prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit;</i> • <i>aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate;</i> • <i>formularea unor concluzii impuse de interpretarea rezultatelor;</i> • <i>adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.</i> <p>În procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de studenți.</p> <p>În cadrul orelor Bazele statului și dreptului, evaluarea va îndeplini mai multe funcții, printre care:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>funcția de evidență și control a activității didactice;</i> • <i>funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;</i> • <i>funcția formativă, care este rezultată a înțelegerii de către evaluați a nivelului la care se află în momentul evaluării;</i> • <i>funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.</i> <p>În cadrul procesului educațional deosebit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea internă, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea</i>

	<p>instituției;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea externă</i>, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățământ, Ministerul Educației. <p>În funcție de scopurile urmărite, vom aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i> care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului <i>Bazele statului și dreptului</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
<p>Referințe bibliografice</p>	<p style="text-align: center;">I. Acte normative</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Constituția R.M. din 29.07.1994// Monitorul Oficial al R.M., 1994, nr.1. 2. Codul Penal al Republicii Moldova nr. 985 din 18.04.2002, Publicat: 14.04.2009 în Monitorul Oficial Nr. 72-74, art Nr: 195 (http://lex.justice.md/md/331268/) 3. Codul Civil al Republicii Moldova Nr. 1107 din 06.06.2002, Publicat: 22.06.2002 în Monitorul Oficial Nr. 82-86 art Nr: 661(http://lex.justice.md/md/325085/) 4. Codul Muncii al Republicii Moldova Nr. 154 din 28.03.2003, Publicat: 29.07.2003 în Monitorul Oficial Nr. 159-162 art Nr: 648 (http://lex.justice.md/md/326757/) 5. Codul Contravențional Republicii Moldova Nr. 218 din 24.10.2008, Publicat : 16.01.2009 în Monitorul Oficial Nr. 3-6 art Nr : 15 Data intrării in vigoare: 31.05.2009 (http://lex.justice.md/md/330333/) 6. Declarația Universală a Drepturile Omului, adoptată și proclamată de Adunarea Generală a ONU prin rezoluția 217 (III) din 10 decembrie 1984. <p style="text-align: center;">II. Literatura recomandată</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anghel Ion M. Dreptul tratatelor. Ed. II, București: 2. Aramă E. Istoria dreptului românesc. Chișinău: S.A. Reclama, 2003. 3. Aramă E. Problema precedentului în doctrina juridică. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința internațională științificopractică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”, Chișinău, 29 septembrie 2007, p. 15 4. Arseni A. Creangă I., Gurin C. și alții. Constituția Republicii Moldova comentată articol cu articol. Vol. I. Chișinău: Civitas, 2000. 5. Avornic Gh. Caracteristicile unei societăți civile, democratice. Noțiunea și principiile de bază ale democrației. În: Revista Națională de Drept. 2006, nr.12, p. 2-6. 6. Avornic Gh. Conștiința și cultura juridică –condiție indispensabilă a activismului juridic al cetățenilor. În: Revista Națională de Drept. 2006. Nr. 2, p. 17. 7. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. I. Chișinău: 	

Tipografia Centrală, 2009.

8. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. II. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009.

9. B.Negru., G.Avornic Bazele statului și dreptului. Chișinău, 1999.

10. Baieș S., Drept Civil. Partea generală, Chișinău, 1997.

11. Baltag D Teoria raspunderii si responsabilitatilor juridice Chisinau 2007

12. Baltag D. Unitatea de jurisprudență și forma ei obligatorie în evoluția răspunderii de drept. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința internațională științifico-practică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”. Chișinău, 29 septembrie 2007, p.31-37.

13. Baltag D., Guțu A. Teoria generală a dreptului. Curs teoretic. Chișinău: Reclama, 2002.

14. Baltag D., Guțu A., Teoria generală a dreptului, Chișinău, 2002.

15. Baltag Dumitru. Teoria generală a dreptului. Cimișlia: TIPCIM, 1996.

16. Belu C., Dreptul muncii, Ed. Universitaria, Craiova, 2007.

17. Budevici-Puiu Liliana, Dorgan Viorel., „Bazele statului și dreptului.

Legislație în sport, Chișinău, 2004.

18. Chimpu Ș., Țiclea A., Dreptul muncii, București, 1995.

19. Crețu V., Bazele statului și dreptului R.M, „Cartier”, Chișinău, 1997.

20. Djuvara M., Teoria generală a dreptului, București, 1995.

21. G.Lupu., G. Avornic Teoria generală a statului și dreptului. Chișinău, 1998.

22. Miculescu P., Statul de drept., București, 1998.

23. Orlov M., Drept administrativ, Chișinău, 2001.

24. Traian I. Ștefanescu., Tratat de dreptul muncii, Ed. Walters Kluwer, București, 2007.

25. Vrabie G., Teoria generală a statului și dreptului, Iași, 1993.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Bazele teoriei economice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei/ Carp Ana					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 05 A. 32	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculumul disciplinar la "Bazele teoriei economice" este un document normativ pentru pregătirea specialiștilor în domeniul de formare profesională <i>Științe ale educației</i>. Economia formulează legi și principii care sunt folosite nu numai pentru a explica, ci și pentru a prognoza producerea unor fapte și fenomene, precum și pentru a influența desfășurarea lor. Înțelegerea legilor, principiilor economice contribuie la formarea capacităților de anticipare, de identificare a soluțiilor pentru atenuarea consecințelor negative provocate de factori destabilizatori.</p> <p>O etapă importantă în pregătirea viitorilor specialiști este componenta economică, deoarece ea reprezintă baza oricărei activități umane. Adaptarea la noile condiții ale pieței presupune cunoașterea factorilor ce determină procesele și fenomenele economice precum și conceptele fundamentale ale economiei: nevoile umane, cererea, oferta, echilibrul pieței, echilibrul consumatorului, echilibrul producătorului, productivitatea factorilor de producție, costurile de producție și posibilitatea obținerii profitului, piețele concurențiale etc. În aceste circumstanțe disciplina " Bazele teoriei economice " este esențială în formarea viitorilor specialiști din domeniul Științe ale educației, specialitatea <i>Educație fizică</i>.</p> <p>Structura cursului este elaborată, ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de <i>la Bologna</i>.</p> <p>Pentru studenții de la secția de zi planul de studii prevede 45 ore auditoriale din care 30 curs și 15 ore seminar și 45 ore individuale. Studiul disciplinei „Bazele teoriei economice” prevede acumularea a 3 credite. Pe parcursul semestrului studenții susțin 3 testări. De asemenea la fiecare lecție studenților li se propune un anumit lucru individual: analiza unui proces sau fenomen economic, delimitarea și definirea anumitor categorii economice, soluționarea testelor și a problemelor și elaborarea unui referat, tematica cărora a fost elaborată și aprobată la ședința catedrei Managementul</p>						

	Culturii Fizice. Semestrul se finalizează cu examen, materialele căruia cuprind toată informația studiată pe parcursul semestrului.			
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne în activitatea profesională; • Analiza rolului economiei în dezvoltarea sportului de asanare și de performanță; • Familiarizarea cu elementele de bază ale economiei adecvate în diverse situații profesionale și de viață; • Utilizarea diverselor metode de cercetare științifice; • Cunoașterea cadrului legislativ de inițiere a organizațiilor sportive. 			
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine obiectivele de studiu al disciplinei; - să definească conceptele de bază despre activitatea economică; - să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; - să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; - să cunoască principalele modele macroeconomice; - să definească conceptele de bază ale activității economice la nivel microeconomic; - să identifice relațiile dintre principalele variabile macroeconomice și raporturile stabile între acestea; - să cunoască esența principalelor componente mondoeconomice și relațiilor dintre sistemului economic național și internațional. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să evidențieze factorii specifici de identificare a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; - a clasifica premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială și diverse condiții spațiale geografice; - să identifice forțele motrice de dezvoltare economică la divers nivel de dezvoltare ale forțelor de producție și grad de dezvoltare social umană; - să definească principiile (legile) ce stau la baza activității economice eficiente; - să argumenteze prin analiză comparativă a diverselor modele de echilibru între eficiența economică și echitatea socială pentru a evidenția variantele prioritare de organizare economică în diverse condiții de disponibilități de resurse și pregătire profesională a lucrătorilor; - să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; - să demonstreze modele eficiente de orientare practică a oamenilor și alegerea priorităților economice coordonate funcțional cu opțiunile general umane; - să determine esența activității microeconomice; - să utilizeze modele macroeconomice în studierea proceselor și fenomenelor macroeconomice; - să analizez legăturile dintre procesele de constituire și dezvoltare a economiei mondiale și procesele de evoluție a complexelor economice naționale spre economia deschisă. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; - să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; - să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană. 			
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore	
			Total	Curs

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Știința economică și doctrinele economice.	11	4	1	6
	2	Activitatea economică și agenții economici.	12	4	2	6
	3	Factorii de producție	6	2	2	3
	4	Costul de producție	6	2		3
	5	Economia instituțională. Sistemele de organizare a activității economice.	6	2	2	3
	6	Statul în economie	6	2	2	3
	7	Piața și elementele ei.	6	2		3
	8	Prețul și concurența.	6	2	2	3
	9	Banii. Creditul și sistemul bancar.	6	2		3
	10	Recompensarea factorilor de producție și formele veniturilor	6	2	1	3
	11	Macroeconomia și principalii indicatori.	6	2	2	3
	12	Întreprinderea și antreprenoriatul	6	2		3
	13	Economia mondială. Interdependențele economice internaționale.	7	2	1	3
	Total			90	30	15
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare</i> se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Activitatea evaluativă va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei. Forma de evaluare finală o reprezintă examenul oral bazat pe bilete de evaluare.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Ambrosi, N., Budevici-Puiu, A., Carp, A., Cușneriov, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului</i>. Curs universitar pentru alolingvi. USEFS Chișinău: S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0. Carp A., Budevici-Puiu A. <i>Economia culturii fizice</i>. Chișinău 2016. 190 p. Hămuraru M., Capsîzu V., Țăruș V., <i>Teorie economică. Microeconomic</i>, CEP USM, Chișinău, 2010; Cojuhari A., Umanet V. <i>Bazele Teoriei Economice</i>, ed. Universitas, 					

Chișinău, 1993;

5. Gherasim T. Microeconomie (vol. I-II). Ed. Economica, București, 1993.
6. Gogoneață C, Gogoneață A. Economia politică. Teorie micro și macroeconomică, politici economice, București, 1993.
7. Moldovanu D. Curs de Teorie Economică, Chișinău 2006.
8. Oprescu G. Microeconomie, macroeconomie. Ed. ALL, București, 1993.
9. Stancu S., Andrei T. Microeconomie. București, 1997.
10. V. Zbârțog. Macroeconomie. Chișinău, 1998.
11. V. Zbârțog. Microeconomie (teoria și aplicații). Chișinău, 1996.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Economica culturii fizice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 05 A.33	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Economia culturii fizice și sportului este o disciplină aplicată care face parte din complexul de științe economice care studiază activitățile economice ale entităților economice individuale și ale societății în ansamblu pentru a înțelege și explica natura acestei activități, a prezice procesele economice și reglementează-le. Mai precis, economia culturii fizice și sportului este o știință care studiază metode de rezolvare a problemelor practice care apar în domeniul relațiilor sportive legate de utilizarea resurselor materiale, de muncă, financiare și de altă natură la nivelul organizațiilor sportive individuale și al societății. ca un întreg, per total.</p> <p>Cultură fizică și sport este o ramură a economiei naționale, a cărei principală funcție economică este producerea de servicii sportive. În domeniul culturii fizice și al sportului, este necesar să se facă distincția între lucrătorii care oferă servicii sportive și toți cei care, în timp ce se angajează în cultura fizică și sport, consumă, utilizează aceste servicii.</p> <p>Educația fizică și sportul sunt destinate consumului personal. Acest consum este realizat în diverse forme și necesită costul: o anumită cantitate de bogăție materială, timp, efort fizic și mental. În același timp, serviciile sunt create în forma lor pură, care este legată de activitatea de întreținere a consumului personal. Aceste servicii nu sunt furnizate de consumatorii înșiși (sportivi, atleți), ci de persoane speciale, de lucrători în domeniul culturii fizice, pentru care serviciile sportive sunt productive, activități de lucru.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none">▪ Identificarea și formularea problemelor economice care apar în procesul dezvoltării relațiilor economice în domeniul culturii fizice și sportului, precum și să indice modalități de rezolvare a acestora;▪ Utilizarea cunoștințelor din domeniul economiei (legi, modele) pentru explicarea						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte asociate domeniului profesional;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Generarea de noi cunoștințe și cercetări în domeniul economiei activității fizice și sportului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; ▪ Dezvoltarea capacității de a lucra independent sau în echipă pentru rezolvarea de probleme în contexte profesionale definite, dobândirea capacității de a decide și acționa în situații de criză. 							
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază despre activitatea economică și management; ▪ să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; ▪ să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să evidențieze factorii a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; ▪ să clasifice premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială; ▪ să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; ▪ să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; ▪ să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană. 							
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>					
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>		
			1	Știința economică și doctrinele economice.	12	4	2	6
			2	Bazele teoretico-metodologice ale economiei educației fizice	12	4	2	6
			3	Rolul economic al activităților de educație fizică și sport	12	4	2	6
			4	Finanțarea culturii fizice și sportului	6	2	1	3
			5	Impactul economic al evenimentelor sportive	6	2	1	3
			6	Economia antreprenorială în cultura fizică	6	2	1	3
			7	Planuri de afaceri în industria sportivă	6	2	1	3
			8	Norme financiare pentru activitatea financiară	6	2	1	3
			9	Activitatea economică a organizațiilor sportive din Republica Moldova	6	2	1	3
			10	Politici de finanțare în domeniul sportului	6	2	1	3
			11	Eficiența economică a culturii fizice	6	2	1	3
			12	Modele europene de guvernare ale sportului	6	2	1	3
			Total		90	30	15	45

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategii centrate pe activitatea profesorului și pe acțiunea de predare: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii discursive și explicative • Strategii discursive și conversative • Strategii discursive și demonstrative ▪ Strategii centrate pe activitatea de învățare și interacțiune: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii bazate pe cercetare și explorare (cercetări investigative) • Strategii problematizante • Strategii bazate pe utilizarea modelelor • Strategii centrate pe construirea de proiect 											
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin, <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td>Nota finală</td> <td style="text-align: right;">100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td style="text-align: right;">40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td style="text-align: right;">20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td style="text-align: right;">20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td style="text-align: right;">20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. AMBROSI, N., BUDEVICI-PIUIU, A., CARP, A., CUȘNERIOV, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului. Curs universitar pentru alolingvi</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0. 2. CARP, A., BUDEVICI-PIUIU, A. <i>Economia culturii fizice: curs universitar</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2016, 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5. 3. COJUHARI, A., CHILDESCU, V. <i>Teorie economică</i>. Chișinău: UTM, 2012, 416 p. 4. FILIP, N., SOROCEAN, O. <i>Teorie economică</i>. Curs universitar. V-II. Chișinău, 2011, 341 p. ISBN 978-9975-4209-1-4. 5. GHERASIM, T. <i>Microeconomie</i> (V. I-II). București: Ed. Economica, 1993. 6. GOGONEAȚĂ, C., GOGONEAȚĂ, A. <i>Economia politică</i>. Teorie micro și macroeconomică, politici economice. București, 1993. 7. GROSU, M. <i>Economie politică (fundamente de teorie economică)</i>. Chișinău: Evrica, 2001, 208 p. ISBN 9975-941-79-6. 8. HĂMURARU, M., ȚĂRUȘ, V., CAPSÎZU, V. <i>Teorie economică. Macroeconomie. Concepte și aplicații</i>. Suport de curs. Chișinău: Editura Centrul Editorial Poligrafic USM, 2013, 290 p., ISBN 978-9975-71-005-3. 9. <i>Metodele teoriei economice</i>. [Accesat 01.09.2021] Disponibil: https://www.studocu.com/row/document/academia-de-studii-economice-din-moldova/metodele-teoriei-economice/metodele-teoriei-economice/6316091 10. MOLDOVANU, D. <i>Curs de Teorie Economică</i>. Chișinău 2006. 11. OPRESCU, G. <i>Microeconomie, macroeconomie</i>. București: Ed. ALL, 1993. 12. STANCU, S., ANDREI, T. <i>Microeconomie</i>. București, 1997. 13. TOMȘA, A. (coordonator) <i>Teorie economică</i>. V. II „Macroeconomie”, F.E.- 											

P. „Tipografia Centrală”, Chișinău, 2013, 332 p.

14. ZBÂRCIOG, V. *Microeconomie (teoria și aplicații)*. Chișinău, 1996.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica jocului de fotbal					
Titularul cursului		Sîrghi Serghei					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.05.O.34	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru		90	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmij@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	20	-	40	30	
Nota de prezentare	<p>Curriculum universitar la disciplina „Didactica Jocului de Fotbal” are menirea să-și aducă aportul la completarea studiilor liceale, finalitate prevăzută de Legea învățământului. Conținutul este axat pe traseul particular de învățare individuală or de grup, care corespund activității practice la ciclul I academic și trebuie să asigure acumularea cunoștințelor de cercetare și inovare care sunt alcătuite din cerințele de cunoaștere, aplicare și integrare ce în cele de urmă duc la perfecționarea cunoștințelor apoi la aplicarea noi și integrării curente, care în mod organic perfectează lanțul spiralic accesoriu al obiectului.</p> <p>Jocul de fotbal este accesibil și spectaculos, se bucură de o largă popularitate în rândul tineretului de pretutindeni, iată de ce a fost și rămâne un compartiment de bază în pregătirea profesională a specialiștilor din domeniu.</p> <p>Principalele sarcini ale curriculumului sunt acumularea de către studenții a cunoștințelor teoretico-metodice a acestui joci sportiv și formarea deprinderilor profesionale necesare.</p> <p>În afară de aceasta, programa presupune și acumularea cunoștințelor regulamentelor la diferite probe sportive cu referire la practicarea lor cât la nivelul de începătorilor, atât și la nivelul performanță.</p> <p>Lucrul instructiv-educativ a cursului Didactica Jocului de Fotbal se organizează sub forma de prelegeri, lecții metodico-practice și lucrul individual</p>						
	<p>Ca rezultatul în urma studierii disciplinei curriculare ” Didactica Jocului de Fotbal” studentului i se va forma următoarele competențe:</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Utilizarea limbajului de specialitate în relațiile de comunicare;✓ Valorificarea informațiilor, metodelor și mijloacelor specifice disciplinei de studiu;✓ Utilizarea cunoștințelor, metodelor și mijloacelor specifice disciplinei de studiu, în vederea dezvoltării capacității de antrenorat;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplicarea sistemului de reguli specifice organizării și practicării de programe și dirijare a lecției de educație fizică unui comportament adecvat în cadrul relațiilor interpersonale și de grup; ✓ Valorificarea programării și dirijării în domeniul lecției în corespundere cu obiectivele fixate, cu problematica de investigare, cu datele culese și analizate, și nu în ultimul rând conturarea soluțiilor. 											
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>a) <i>Cunoaștere, înțelegere, explicare și interpretare</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea noțiunilor principale în domeniul jocurilor sportive (volei, baschet, fotbal, handbal); • Cunoașterea, înțelegerea și interpretarea a formelor de planificare a lecțiilor de jocuri sportive; • Aplicarea în practică a metodelor și mijloacelor specifice de desfășurare a lecțiilor în proba jocurilor sportive și verificarea deprinderilor motrice specifice, caracteristică pentru fiecare joc în parte; <p>b) <i>Instrumental - aplicative</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizări unor aplicații practice a cunoștințelor acumulate; • Aplicarea cunoștințelor speciale din domeniul planificării și organizării a lecțiilor de volei, baschet, fotbal, handbal cu copii de diferite vârste; • Asigurarea lucrului calitativ din punct de vedere a planificării și locului lecției de volei, baschet, handbal, fotbal în curriculumul școlar; <p>c) <i>Cercetare</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Manifestarea capacităților organizatorice care vor contribui la organizarea și pregătirea lecțiilor de volei, baschet, fotbal, handbal; • Determinarea criteriilor de ridicarea posibilităților specifice ale copiilor și verificarea capacităților tehnice la jocuri sportive; <p>d) <i>Informaționale</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de aplicare a cunoștințelor în desfășurarea lecțiilor de jocuri sportive; • Competența de planificare și elaborarea a întregului proces de însușire și practicare a probelor volei, baschet, fotbal, handbal ; • Aptitudini de realizare a surselor informaționale pentru îmbunătățirea bagajului practico-metodic a studentului. 											
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>					<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LP</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>	<p>1</p>	<p>Istoria, apariția și dezvoltarea jocului de fotbal. Tendințele contemporane în dezvoltare a jocului</p>	<p>10</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>6</p>					
<p>2</p>	<p>2</p>	<p>Clasificarea tehnicii și tacticii de joc</p>	<p>10</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>6</p>					
<p>3</p>	<p>3</p>	<p>Tehnica jocului și metodica de instruire a elementelor tehnice</p>	<p>24</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>14</p>	<p>6</p>					
<p>4</p>	<p>4</p>	<p>Tactica jocului și metodica de instruirea a acțiunilor tactice</p>	<p>28</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>18</p>	<p>6</p>					
<p>5</p>	<p>5</p>	<p>Regulamentul jocului de fotbal și organizarea competițiilor</p>	<p>18</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>8</p>	<p>6</p>					
<p style="text-align: center;">Total</p>			<p>90</p>	<p>20</p>	<p>-</p>	<p>40</p>	<p>30</p>					
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>1. <i>Repere și modalități de proiectare a strategiilor didactice.</i> Proiectarea didactica la disciplina de studiu va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategii didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual.</p>											

	<p>Activitatea realizată de către student la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p>2. <i>Metodele și tehnicile de predare-învățare.</i> Se vor baza pe următoarele criterii:</p> <ul style="list-style-type: none"> - metodele de predare-învățare (de formare a competențelor): expunerea orală; demonstrația; conversarea; învățarea individuală și în echipă; exercițiul; descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea; simularea; cooperarea; asaltul de idei; studiul de caz; feed-back-ul; experimentul; metoda statistico-matematică. <p>Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale, este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației conștiente.</p> <p>3. <i>Diversificarea formelor de învățare</i> va fi următoarea:</p> <ul style="list-style-type: none"> - îmbinarea solicitărilor cognitive, psihomotrice de tip frontal cu cele de echipe și individual; - comportamentul didactic al profesorului va corespunde ritmului de învățare al fiecărui student. <p>4. <i>Realizarea interdisciplinarității.</i> În cadrul procesului educațional se vor intercala cunoștințele din diferite domenii ale cunoașterii: cultura fizică, sport, fiziologie, chimie, biologie, fizică, psihologiei, pedagogiei etc. Interdisciplinaritatea reprezintă o modalitate de organizare a conținuturilor învățării, conferind o imagine unitară proceselor studiate în cadrul disciplinei de referință.</p> <p><i>Centrarea de student.</i> În procesul instructiv-educativ accent deosebit se va pune pe competențele studentului la momentul dat: nivelul de competențe cognitive, psihomotrice și afective.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor parctice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Balint Gheorghe. Fotbal. Curs de bază. 2001, 256 p.</p> <p>2. Cernăianu C., Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. Ed. Roteck PRO, București, 2000, 224 p.</p> <p>3. Cojocaru V. Fotbal de la 6 la 18 ani. Metodica predării. Editura ANEFS, București. 2002, 189 p.</p>	

4. Motroc I. Fotbal de la teorie la practică. Ed. Rodos. București, 1994, 186 p.
5. Miu Șt. Fotbal specializare. Ed. Fundației România de mâne. București, 2001, 200 p.
6. Sîrghi, S. Fotbal. Pregătirea fizică diferențiată. Monografie. Chișinău: Valinex, 2017. 162 p. ISBN 978-9975-68-322-7.
7. Sîrghi, S. Istoria și evoluția jocului de fotbal -I. Revista științifico-metodică „Teoria și arta educației fizice în școală”. Chișinău: Nr. 1, 2008. p.62-65. ISSN 1857-0615.
8. Sîrghi, S. Istoria și evoluția jocului de fotbal -II. Revista științifico-metodică „Teoria și arta educației fizice în școală”. Chișinău: Nr. 3, 2008. p.64-68. ISSN 1857-0615.
9. Sîrghi, S., Balint, Gh. Bazele teoretico-metodice ale jocului de fotbal. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2018, 202 p. ISBN 978-9975-68349-4.
10. Sîrghi, S., Stepanov, V., Crăciun, N., Rusu, C. și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016. 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Didactica sporturilor de lupte					
Titularul cursului		Busuioc Serghei					
Ciclul (L-licență)	L	Codul disciplinei	S.05.O.35	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	5 credite	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	50	Total ore pe semestru		150	
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedrapsi@mail.r	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	-	80	50	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Didactica sporturilor de lupte” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul general de studiu ”Științe ale educației” , în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul de formare profesională a profesorilor de educație fizică, capabili de a utiliza exercițiile fizice, procedeele tehnice din probele de lupte în cadrul activităților desfășurate;• obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul ”Formarea profesorilor” prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea exercițiilor fizice generale și speciale, procedeele tehnice din sporturile de lupte, care va asigura buna desfășurare a diferitelor forme de lecții;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua</p>						

	<p>abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Pedagogie, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 150 ore, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul de formare profesională - 0114. Formarea profesorilor de educație fizică.</p>					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea lecțiilor și antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lecțiilor de educație fizică; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a lecțiilor de educație fizică; • Proiectarea unor lecții și antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovatoare apărute în domeniul "Științele ale educației". • Asigurarea unui management eficace al relațiilor în cadrul lecțiilor de educație fizică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul lecțiilor și antrenamentelor sportive al elevilor; • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.</p>					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei; ▪ cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei, ▪ să identifice și să caracterizeze tipurile de probe sportive de lupte; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor la diferite probe sportive de lupte; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedeele din poziția de sus și parter; ▪ explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei; ▪ să analizeze și să explice pregătirea individuală a unui elev; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării competițiilor la lupta națională "Trântă". <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura unor exerciții fizice speciale; ▪ să respecte particularitățile luptei naționale "Trântă". 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Scurt istoric a apariției și evoluției luptelor. Istoria dezvoltării sporturilor de lupte. (trânta, lupte greco-romane și libere, judo, sambo și arte marțiale). Rezultatele obținute de sportivii din Republica Moldova pe arenele internaționale. Instructaj de protecția muncii.	8	2		6
	2	Sporturile de luptă în sistemul pedagogic	8	2		6

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		de educație fizică. Curs introductiv privind bazele tehnico-tactice din lupte. Clasificarea și terminologia luptelor sportive.				
	3-4	Profilaxia traumatismului la lecții, competiții și alte activități cultural-sportive. Autoasigurarea, asigurarea partenerului în procesul de instruire.	8	2	2	4
	5-9	Bazele generale ale învățării exercițiilor generale și specifice în sporturile de lupte (în perechi, cu îngreuieri, la aparatele de gimnastică, la тренажоре, elemente acrobatice).	12	2	8	2
	10-13	Metodica dezvoltării calităților fizice și capacităților motrice prin jocuri dinamice specializate în sporturile de lupte.	11	0	8	3
	14-16	Metodologia învățării elementelor de bază (pozițiile de lupte la sol și de gardă, deplasările pe saltea, distanța, prizele și eliberarea din prize, menținerea în poziția periculoasă de tuș) în sporturile de luptă. Procedee specifice luptei la sol. Metodica învățării răsturnărilor și rostogolirilor din cadrul luptei la sol.	8	0	6	2
	17-21	Procedee specifice luptei în picioare. Bazele metodice ale învățării procedeelor tehnice de ducere la sol (prin tracțiune de braț, prin trecere sub braț, cu priza unui picior, cu priza ambelor picioare).	14	1	9	4
	22-24	Bazele metodice ale învățării procedeelor tehnice de doborâre (prin centura directă a trunchiului, cu priza unui, ambelor picioare).	10	0	6	4
	25-31	Metodica învățării procedeelor de aruncare peste umeri (moara), peste spate.	15	2	12	1
	32-35	Exerciții specifice pentru dezvoltarea forței-viteze, detentei în lupte. Exerciții specifice folosite pentru dezvoltarea rezistenței în lupte (jocuri dinamice, atletism).	12	0	8	4
	36-41	Mijloace de dezvoltare și menținere a mobilității articulare (cu ajutorul partenerului, cu banda elastică, etc.).	13	0	12	1
	42-43	Controlul pedagogic în sporturile de luptă.	5	2	2	1
	44-45	Organizarea și desfășurarea manifestărilor și sărbătorilor în sporturile de luptă. Amenajarea și dotarea unei săli de lupte.	10	1	3	6
	46-50	Organizarea, arbitrajul și sistemele de desfășurarea a competițiilor în sporturile de luptă. (Trânta, lupte greco-romane, lupte libere, judo, sambo, taekwon-do)	16	6	4	6
Total			150	20	80	50
Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este						

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a problemelor anumite abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și trans disciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>											
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială: diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Cerințe minime de promovare (pentru nota 5): Evaluarea studenților se va face în funcție de nivelul cunoștințelor acumulate, de felul cum le-au acumulat (altfel spus, dacă au citit bibliografia aferentă cursului și s-au rezumat numai la notele de curs și la cea ce au reținut la seminar) și de maniera de prezentare a acestora.</p>	<p>Cerințe maxime de promovare (pentru nota 10): Studenții trebuie să facă dovada că știu să stabilească un program de lecție, antrenament corect în concordanță cu particularitățile disciplinelor sportive și că pot întocmi un referat științific.</p>											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badiu, Toma. <i>Didactica educației fizice</i>. Toma Badiu. Galați : Editura Fundației Universitare "Dunărea de Jos" din Galați, 2001. 78 p. ; 21 cm. (Didactica). Bibliogr. ISBN 973-8352-09-6. II 34992; 796/B15. 2. Busuioc S. <i>Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească "trânta" cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților</i>: autoreferatul tezei de doctor. - Chișinău, 1997. - 21 p. 3. Cârstea Gh., <i>Educația fizică. Teoria și bazele metodicii</i>, A.N.E.F.S., București, 1996. 4. Cârstea Gh., <i>Programarea și planificarea în educația fizică și sportivă</i> 											

școlară, Editura Universul, București, 1993.

5. Chirazi M. Jocuri de luptă. – Iași: Fundația Chemarea, 1999. – 3-107.
6. Chirazi, Marin. *Optimizarea lecției de educație fizică și sport prin jocuri de luptă* [Text] / Marin Chirazi // Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice: Materialele conf. șt. int. Ed. a 3-a, (26-27 oct. 1997). - Chișinău. - P. 59-61
7. Chirazi Marin. *Optimizarea procesului didactic al lecției de educație fizică din ciclul gimnazial prin jocuri dinamice cu elemente de lupte*: Tz. doct. în pedagogie [Text] / Marin Chirazi, Sergiu N., conducător șt. Danail ; Institutul Național de Educație Fizică și Sport al Republicii Moldova. - Chișinău : [s. n.], 2000. - 220 p. : il. - Bibliogr. p. 143-167
8. Chirtoacă, Ilie. *Jocurile dinamice ca mijloc de selectare și orientare psihologică a studenților în grupa de antrenori în cadrul cursului general de luptă* [Text] / Ilie Chirtoacă // Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice : Materialele conf. șt. jubiliare int. Ed. a 5-a (1-3 noiem. 2001). - Chișinău. - P. 32-36
9. Cișmaș Gh., *Lupte libere - Lupte greco-romane. Curs de bază*, IEFS, București, 1996.
10. Danail S., Chirazi M., *Optimizarea lecției de educație fizică prin jocuri de luptă*, Editura Fundația „Altius Academy” Iași, 2001.
11. Dragnea A., *Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice*, ANEFS, București, 1991.
12. FIREA Elena., *Metodica educației fizice școlare., V -1-2. București 1979. Fundamentarea științifică Din colecția ”Jocuri dinamice în învățământul primar”.* Vol. 1 2014 92 p. ISBN: 978-973-1776-51-4
13. Ghimp, Andrei. *Teoria și metodică jocurilor dinamice : Manual pentru studenții USEFS* [Text] / Andrei Ghimp, Anatolie Budevici-Puiu ; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. - Ch. : Valinex, 2016. - 480 p. - Bibliogr. : p. 468-480 (209 tit.). - ISBN 978-9975-68-294-7.
14. Grimalschi, Teodor. *Educația fizică pentru clasele V-IX: Ghid metodologic pentru profesori* [Text] / T. Grimalschi, C. Ciorbă, I. Carp. - Chișinău : [s. n.], 2007. - 180 p. : il. - Bibliogr. p. 177. - ISBN 978-9975-48-021-05
15. Hantău I., Manolachi V. *Pregătirea fizică a judocanilor de performanță. Manual pentru instituțiile cu profil sportiv. – Chișinău: Tipografia Centrală, 2003. – 200 p.*
16. Josanu, Efim. *Cartea Jocurilor Olimpice : Cronici. Portrete. Reflecții* [Text] / Efim Josanu ; cop. Nicolae Sârbu. - Chișinău : [s. n.], 2009. - 640 p. : planșe, fot. - Bibliogr. : p. 628-629. - ISBN 978-9975-105-16-3.
17. Jurat Valeriu, *Formarea priceperilor motrice la elevii claselor gimnaziale în baza aplicării programei de pregătire pe etape în cadrul lecțiilor de educație fizică (Gimnastica) : Monografie, Chișinău, 2009, 147 p., Valinex. ISBN: 978-9975-68-113-1*
18. Liușnea C.-Ș. *Considerații privind particularitățile ce influențează practicarea luptelor în școală (cl. V-VI) // „2004 – Anul european al educației prin sport”. – Galați: Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, 2004. - P. 24-27.*
19. Liușnea C.-Ș. *Mijloace folosite în vederea dezvoltării calităților motrice, cu teme din lupte, în lecția de educație fizică școlară (cl. V-VI) // „2004 – Anul european al educației prin sport”. – Galați: Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, 2004. - P. 28-30.*
20. Liușnea C.-Ș. *Eficiențizarea lecției de educație fizică școlară prin introducerea unor elemente din lupte, în vederea dezvoltării fizice armonioase, la elevii din ciclul gimnazial (clasele V-VI) // Olympia, Revistă de informare Olimpică, Brașov: OMNIA UNI S.A.S.T., 2002. – Nr. 3. - p. 137-148.*
21. Liușnea C.-Șt., *Aspecte privind introducerea elementelor tehnice de bază din lupte în vederea dezvoltării fizice armonioase și a aptitudinilor de mișcare în lecția de educație fizică școlară, în Conferința Internațională de Comunicări Științifice și Referate în Domeniul Educației Fizice și Sportului.*

Galați-Mannheim R.F.G., 2000, p. 104-106.

22. Liușnea C.-Șt., *Metodica folosirii mijloacelor specifice luptelor în activitatea de educație fizică școlară, în Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice*, INEFS, Chișinău, 2001, p. 124-126.

23. Manolachi V. s.a. *Noi orientări în tehnica și tactica judoului*. In: Sportul olimpic și sportul pentru toți: materialele congr. șt. intern., vol. I. Chișinău: USEFS, 2011, p. 221-224. ISBN 978-9975-4202-4-2.

24. Manolachi V., Moroșanu I. *Particularitățile implementării metodei antrenamentului în circuit în cadrul lecțiilor de educație fizică din clasa a IV-a*. În: Teoria și arta educației fizice în școală. 2014, Nr. 1, p. 45-49. ISSN 1857-0615.

25. Manolachi V., *Sporturi de luptă - Teorie și metodică (luptele libere, greco-romane, judo)*,

26. Petrov R. , *Lupte libere*, Editura Stadion, București, 1973

27. Polevaia-Secăreanu A., Scobioală Gh., Cotorcea A. *Pregătirea profesional-aplicativă a specialiștilor în domeniul pazei protecției și securității prin intermediul sporturilor de lupte: Ghid metodic: pentru studenții facultății „Pază Protecție și Securitate” la modulul „Pregătirea fizică specială” secția zi și frecvență redusă / A.Polevaia-Secăreanu, Gh.Scobioală, A. Cotorcea. Chișinău, 2014. (Tipogr „Valinex SRL”). 55 p. (ISBN 978-9975-68-259-6)*

28. Siclovanu I., *Teoria și metodică educației fizice și sportului*, Editura Sport-Turism, București, 1982.

29. Teodorescu, Silvia. *Teoria și metodică antrenamentului sportiv la copii și juniori : Program de formare : Antrenament sportiv la copii și juniori*. Discobolul, București, 2010, 108 p. : sch., ISBN: 978-973-99530-7-8

30. Triboi V., Păcuraru A. *Teoria și metodologia antrenamentului sportiv*. Iași: Editura PIM, 2013. 373 p. ISBN 978-606-13-1274-0

31. Triboi Vasile. *Teoria și metodologia antrenamentului sportiv: curs univ*. Chișinău: USEFS, 2010. 364 p. ISBN 978-9975-9507-9-7.

32. Zavalișca A., Demcenco P. *Metode matematico-analitice de cercetare pedagogică în cultura fizică*. Chișinău: Pontos, 2011. 490 p. ISBN 978-9975-51-219-0.

33. Боген М.М. *Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям: Теория и методика* Изд.4, испр. и доп. Изд-во Книжный дом "ЛИБРОКОМ" 2013 224 стр. ISBN: 978-5-397-03729-7

34. Бусуйок С.Л., *Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ.воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).*

35. Манолаки В. В., Демченко П. *Дзюдо как философия двигательного и духовного развития и некоторые современные аспекты начального спортивного отбора школьников 9 лет*. În: Știința culturii fizice. 2010, Nr. 5/2, p. 64-69. ISSN 1857-4114.

36. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. *Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории*. În: Știința culturii fizice. 2011, nr. 7/1, 57-60. ISSN 1857-4114

37. Шахмурадов Ю.А. *Вольная борьба, Научно-методические основы многолетней подготовки борцов, «Высшая школа», 1997. - 189 с. - ISBN 5-06-003450-X.*



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Tenis de masă, de câmp, badminton					
Titularul cursului		Mocrousov Elena/Anghel Alexandru/ Grosul Valeria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S. 05 O.36	Anul	III	Semestrul	V
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru		120	
		Regimul disciplinei (S - componenta de specialitate)					
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	<a href="mailto:catedratmi@gm
ail.com">catedratmi@gm ail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	16	-	64	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Tenis de masă, de câmp, badminton</i>”, este elaborată conform Planului de învățământ la <i>Specialitatea 0114.16 Educație fizică</i>.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul jocurilor sportive cu paleta și a sportului în general.</p> <p>Curriculum-ul la aceasta disciplina interesantă și contemporană fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat istorie, cultură fizică, sport, bazele și teoriile metodicii predării aceste discipline cu paleta în școală cu specificul jocurilor sportive, elemente fundamentale ale tehnicii și tacticii tenisului de masă, tenisului de câmp și badmintonului. Principii, caracteristici, cerințe, metode, mijloace și structurări ale lecției de educație fizică și axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ la <i>Specialitatea 0114.16 Educație fizică</i> (Domeniul general de studiu <i>011 Științe ale educației</i>).</p> <p>Structura cursului este elaborată ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de la Bologna.</p> <p>Cursul „<i>Tenis de masă, de câmp, badminton</i>”, reprezintă un compartament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculumul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei în domeniul educației fizice.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării educației fizice - social - economice.</p>						
	În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina dată în anul III, semestrul 5, 120 de ore pe parcursul unui semestru, ceea ce						

	<p>îi corespund 4 credite (ECTS).</p> <p>Din acest motiv, curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea lecției de educație fizică în cadrul secțiilor sportive în școli, liceele cu profil sportiv cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lecției de educație fizică cu introducerea jocurilor sportive cu paleta; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemului de pregătire lecției de educație fizică la jocurile sportive cu paleta; • Proiectarea unor lecții de educație fizică bazată pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul jocurilor sportive (jocurilor sportive cu paleta - tenis de masă, tenis de câmp, badminton.); • Cunoașterea definiției și capacitatea de performanță, metodicii dezvoltării aptitudinilor motrice; definiției și caracteristicii lecției; structurii lecției de educație fizică; programării, proiectării, planificării lecției de educație fizică; necesităților și tipurilor de evaluare în lecție de educație fizică; programării și pregătirii către lecțiile publice la jocurile sportive cu paleta; • Susținerea și promovarea organizării competițiilor sportive la proba de jocuri sportive cu paleta în cadrul școlilor și liceelor cu profil sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul lecției de educație fizică în corespundere cu predarea contemporană jocurilor sportive cu paleta; • Aplicarea procedeele tehnice și tactice în corespundere cu specificul tenisului de masă/tenisului de câmp/badminton; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile sportive în școli, școli, liceele cu profil sportiv.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei tenis de masă/tenis de câmp/badminton; ▪ să caracterizeze tipurile de jocuri sportive cu paleta; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor la tenis de masă/tenis de câmp/badminton; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire a pedagogului ce predă unul dintre jocurile cu paleta – tenis de masă/tenis de câmp/badminton. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să explice caracterul istoric și social al jocurilor cu paleta, tehnica de executare a elementelor și procedeele și să structureze acțiunile tactice; - să cunoască toate subtilitățile ce țin de regulamentul competițional al jocurilor; - să explice și să demonstreze corect tehnica executării prizei paletei, pozițiilor inițiale și a deplasărilor în tenisul de masă/tenisul de câmp/badminton; - să explice noțiunea, scopul și evoluția tehnicii serviciului; - să execute servirea mingii, utilizând minimum 2-3 procedee ale acestui element tehnic; - să utilizeze în practică exerciții pregătitoare, ajutoare și speciale în scopul învățării unuia din procedeele de lovire a mingii; - să explice: scopul, esența și caracteristicile tacticii jocului; - să utilizeze în practica exercițiile speciale, pentru însușirea acțiunilor tactice în jocul de simplu; - să explice tactica jocului de dublu, esența și caracteristicile acestuia; - să demonstreze acțiunile tactice în grup; - să sesizeze corect greșelile de postură în executarea acțiunilor tactice de echipă;

	<ul style="list-style-type: none"> - să explice care este scopul arbitrajului în tenisul de masă/tenisul de câmp/badminton; - să cunoască componența și funcțiile colegiului de arbitri; - să posede competențe în ale organizării și desfășurării competițiilor; - să descrie metodică organizării și desfășurării competițiilor; - să aprecieze corect învingătorul și celelalte locuri în clasament. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura lecției de educație fizică la proba de tenis de masă/tenis de câmp/badminton; ▪ să îmbine topografia și orientarea profesională în procesul de pregătire a cadrelor didactice la proba de tenis de masă/tenis de câmp/badminton; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea cadrului didactic în școală ce predă una dintre jocurile sportive cu paleta – tenis de masă/tenis de câmp/badminton; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport (jocuri sportive cu paleta – tenis de masă/tenis de câmp/badminton). 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
	Total		Curs	LP	LI	
	1	Geneza și evoluția jocurilor (tenis de masă, tenis de câmp, badminton). Tehnica și tactica jocurilor. Tehnologia didactică.	20	2	12	6
	2	Caracteristicile jocului. Priza paletei. Pozițiile inițiale. Deplasări	20	2	12	6
	3	Serviciul și procedeele de execuție. Jocul de simplu.	14	2	6	6
	4	Lovitura și procedeele de execuție. Jocul de dublu.	14	2	6	6
	5	Tactica jocului de simplu.	11	1	6	4
	6	Tactica jocului de dublu.	9	1	4	4
	7	Regulamentul competițional.	10	2	6	2
	8	Arbitrajul. Terminologia și metodică.	10	2	6	2
9	Organizarea și desfășurarea competițiilor.	12	2	6	4	
Total		120	16	64	40	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează</p>					
	<p>prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale, meciurile amicale la tenis de masă/tenis de câmp/badminton.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială - diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă - dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teste la proba sportivă aleasă ce cuprind cele trei nivele (<i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală - sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (<i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în%)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și lecții practice</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p style="text-align: center;">Tenis de masă</p> <p>1. Moiescu P. <i>Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică</i>. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.</p> <p>2. Гросул В.С. <i>Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом</i>. Дубоссары, 2010, с. 5-9.</p> <p>3. Мокроусов-Кучук, Е. <i>Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки</i>. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.</p> <p>4. Мокроусов, Е. <i>Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса</i>. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.</p> <p>5. Mocrousov, E. <i>Table tennis as a third lesson in the system of physical education in primary school children</i>. In: 8th International Scientific Conference “Youth Sport 2016”. Ljubljana, Slovenia. 2016, p. 91-97. ISBN 978-961-6843-78-2.</p> <p style="text-align: center;">Badminton</p> <p>1. Berud Volkek Brahnis. <i>Badminton – antrenament, tactica, competiție</i>, 2011.</p> <p>2. Gheorghe Tomas. <i>Arta badmintonului</i>, 2012.</p> <p>3. Смирнов Ю.Н. <i>Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт</i>, 2011.</p> <p>4. Singh, J., Raza, S., Mohammad, A. <i>Physical characteristics and level of performance in badminton, India</i>, Journal of Education and Practice, ISSN 2222-1735, Vol. 2, No. 5; 121. 2011.</p> <p>5. Sorensen, K., <i>A biomechanical analysis of clear strokes in badminton executed by youth players of different skill levels- master thesis</i>, Sports Science Aalborg University; 122. 2010.</p> <p>6. Stănescu, R. C. <i>Sporturi cu racheta</i>, Editura Discobolul, București. 2010.</p> <p style="text-align: center;">Tenis de câmp</p> <p>1. Борисова О.В. <i>Формирование оптимальной организационно-</i></p>	

управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.

2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006.

Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIA FIZICĂ					
Denumirea cursului		Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare/Metrologia sportivă					
Titularul cursului		Carp Ivan/Arsene Igor					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.05.A.37	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Bazele teoretice ele culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30/30	30/30	-	30/30	
Nota de prezentare	<p>Modulul „Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare/Metrologia sportului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a USEFS. Este propus studenților pentru a studia cercetarea științifică și abordările metrologice din punct de vedere sistemic, componențial și procedural. În cadrul lui, sunt propuse o serie de exemple concludente cu referire la începutul unei cercetări științifice și dobândirea unei experiențe de cercetare, care se va manifesta în capacitatea masterandului de a identifica probleme de investigație, a le aborda interpretativ, a redacta texte științifice.</p> <p>Scopul și obiectivele modulului BTMAC/MS constau în dotarea studenților cu un șir de competențe privind valorificarea tehnicilor de elaborare a lucrărilor științifice – teza de licență, susținerea argumentată a unor puncte de vedere în cadrul comunicării interpersonale, de grup sau publice, precum și întocmirea/redactarea unor sinteze, în rezultatul cercetării literaturii de specialitate cu referire la subiectul investigat, din punct de vedere teoretice-praxiologic.</p> <p>Conținuturile disciplinelor ce constituie modulul BTMAC/MS vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții vor studia disciplinele modulului în an III., sem. 5, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>						
Competențe profesionale:							
* Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care							

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>asigură pregătirea științifică și metodică a absolventului în domeniul educației fizice;</p> <ul style="list-style-type: none"> * Aplicarea fundamentelor epistemologice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de licență; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului educație fizică pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul științelor educației la programul educație fizică. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea și utilizarea creativă a informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale educației fizice și metrologiei sportive ; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de masterat) în ceea ce privește cercetarea în domeniul educației fizice și metrologiei sportului. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * elucidarea conceptului de „cercetare științifică” în domeniul educației fizice și sportului; * determinarea caracteristicilor relevante ale cercetării științifice și metrologice precum și conștientizarea pașilor de proiectare a unei cercetări științifice; * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul educației fizice și sportului, tendințele de dezvoltare ale acestora, proiectarea, modelarea sistemelor pedagogice și tehnologiilor de cercetare. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor de cercetare în domeniul educației fizice și metrologiei sportului; * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor: stabilirea obiectivelor, ipotezei, problemei cercetării, realizarea designului cercetării etc; * aplicarea proiectului cercetării pedagogice prin interpretarea și validarea datelor experimentale obținute, precum și elaborarea concluziilor finale. * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor profesionale. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * propunerea în proiectele de cercetare a unor probleme științifice specifice activității profesorului de educație fizică, conștientizarea importanței studierii literaturii științifice la tema aleasă; * valorificarea potențialului existent al sistemului educațional și de pregătire a studenților pentru parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei teze de licență și ulterior de masterat. 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
1		Bazele metodologice ale cercetării în domeniul activității pedagogice.	8	2	2	4
2		Metodologia cercetării (AC) în domeniul culturii fizice – știință autonomă.	8	2	2	4
3		Activitatea de cercetare științifică a specialiștilor din domeniul educației fizice.	8	2	2	4
4		Metode de cercetare și cunoaștere în domeniul educației fizice și sportului	8	2	2	4
5		Organizarea și desfășurarea cercetării.	8	2	2	4
6		Tehnologia elaborării tezei de licență.	8	2	2	4
7		Măsurarea în cercetarea științifică	8	2	2	4
8		Deontologia cercetării științifice.	1	1	1	2
		Total BTMAC	60	15	15	30

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Introducere în Metrologia sportului	10	2	2	4
	2	Bazele teoriei măsurărilor în cultura fizică și sport	10	2	2	4
	3	Metodele statistico-matematice de prelucrare a rezultatelor măsurărilor în cultura fizica sport	10	4	4	8
	4	Bazele teoriei testelor	10	2	2	4
	5	Bazele teoriei elvaluărilor	10	2	2	4
	6	Metode de estimare cantitativa a indicilor calitativi	10	3	3	6
	Total Metrologia sportului		60	15	15	30
	Total		120	30	30	60
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%		
	Nota lucrul individual			20%		
Referințe bibliografice	<p>1. Achiri I., Bolboceanu A. <i>Evaluarea standardelor educaționale</i>. Chișinău, Print-Caro, 2009.</p> <p>2. Carp, Ion. Bazele teoretico-metodologice ale activității de cercetare: curs universitar/ Carp Ion, Ababei Radu; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport.</p>					

Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 232 p. ISBN 978-9975-68-310-4.

3. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.

4. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.

5. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică facultatea fără frecvență. - Chișinău: INEFS, 2004. – 58 p.

6. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). - Chișinău: USEFS, 2007. – 152 p.

7. Arsene I.A. Metrologia sportivă (întrebări și răspunsuri). Volumul I. Material didactic-referativ pentru studenții USEFS. În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău: "Valinex" SRL. 2010.-160p.

8. Arsene I.A. Metrologia sportivă (Suport de curs). Material didactic – referativ pentru studenții USEFS (întrebări și răspunsuri). În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău: "Valinex" SRL. 2011.-112p.

9. Arsene I.A. Metrologia sportivă (dicționar ghid). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor cu profil sportiv: În ajutorul studentului. -Ch. Valinex, 2014. - 274 p.

Literatură facultativă (selectivă):

1. Демченко П.П. Математико–аналитические методы в структуре педагогических исследований физической культуры. Учебное методическое - пособие для высших учебных заведений физической культуры. – Ch., 2009.

2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Educație incluzivă					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/Razmireț Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 06 O.39	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@github.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Educația incluzivă” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. Unitatea de curs este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport pentru calificarea și pregătirea teoretico-practică a specialiștilor din domeniul <i>Educației fizice</i>.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Educația incluzivă” este un document reglator înglobând indici care prin natura lor asigură realizarea procesului de predare învățare evaluare la disciplină, coerența și interdisciplinaritatea, în baza cărora se elaborează celelalte componente ale paradigmei curriculare orientate spre formarea în cadrul instituției a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională și cea socială.</p> <p>Unitatea de curs „Educația incluzivă” este orientată spre studierea problemelor general-teoretice și metodologice specifice activității manageriale din domeniul educației incluzive. Scopul primordial al disciplinei este de a evidenția aspectele managementului educației incluzive și a celor implicați în acest proces.</p> <p>Conținutul cursului se referă la o serie de activități care țin de managementul tradițional într-o instituție de învățământ: planificarea, organizarea, luarea de decizii, verificarea; administrarea și conducerea resurselor umane (motivarea, îndrumarea, soluționarea conflictelor, perfecționarea și instruirea personalului din sub ordine); stabilirea și întreținerea relațiilor cu persoane din interiorul și din exteriorul organizației.</p> <p>În predarea disciplinei se va insista, în mod special, nu atât pe cunoașterea informației, cât pe înțelegerea, aplicarea și integrarea ei.</p>						

	<p>Acest curs este destinat studenților din cadrul specialității <i>Educației fizice</i>, care vor activa în diverse instituții de profil și care sunt obligați să cunoască cadrul teoretic și metodologic al Incluziunea persoanelor cu cerințe educaționale speciale.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului educației incluzive. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul educației incluzive în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor educației adaptate, experiența practică a îndrumătorilor specialiștilor din domeniu. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale educației incluzive; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în lucrul cu copii cu CES; • Dezvoltarea comportamentelor productive, a atitudinilor pozitive și deschise, a gândirii critice și relaționale despre structurile, procesele și valorile sistemului educațional, promovate pentru susținerea practicilor incluzive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască principalele teorii, concepte, principii în domeniul educației incluzive, precum și tezele de bază ale documentelor de politici și actelor legislative în domeniu, care fundamentează dezvoltarea educației incluzive în societățile moderne; - să cunoască designul managementului educației incluzive și nivelurile de decizie și execuție în cadrul acestuia; - să înțeleagă cerințele educaționale speciale ale copiilor, pornind de la cunoașterea particularităților de dezvoltare a lor; - să analizeze noile tendințe în abordarea educației copiilor cu cerințe educaționale speciale și suportului educațional ca formă de sprijin în învățare; - să însușească experiența, modelele internaționale și naționale de dezvoltare a educației incluzive și să identifice bunele practici aplicabile în activitatea profesională curentă; - să cunoască cele mai adecvate modalități de sensibilizare comunitară în promovarea educației incluzive. <p style="text-align: center;">La nivelul de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să coreleze conceptele teoretice cu aspectele practice ale dezvoltării educației incluzive; - să contribuie la planificarea dezvoltării strategice (a sistemului raional/municipal și/sau a instituției de învățământ), planificarea activității subdiviziunilor instituționale, a propriei activități din perspectiva educației incluzive; - să participe la identificarea cerințelor educaționale speciale ale copiilor; - să proiecteze demersul educațional pe principii de diferențiere și individualizare; - să adapteze procesul educațional la necesitățile copiilor cu cerințe educaționale speciale, prin participarea la evaluarea nivelului de dezvoltare a copiilor; elaborarea planurilor educaționale individualizate, modificărilor curriculare, altor adaptări, după caz; - să aplice metode de predare/învățare/evaluare, materiale și activități corelate cu finalitățile de studiu proiectate în corespundere cu cerințele educaționale speciale ale copiilor, mediul de predare/învățare și resursele disponibile; - să asigure adecvarea tehnologiilor didactice moderne la particularitățile procesului educațional incluziv.

	La nivelul de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> - să realizeze cercetări științifice în cadrul problematicii managementului educației incluzive; - să dețină capacități de valorizare a copiilor cu cerințe educative speciale; - să se orienteze în strategia de trecere de la adaptarea elevului de la condițiile școlii speciale la condițiile școlii de cultură generală incluzivă; - să descrie componentele planului educațional individualizat; - să prevină și combată excluderea și marginalizarea în educație; - să argumenteze importanța parteneriatului educațional în promovarea educației incluzive; - să centreze procesul educativ pe interesele copilului, dezvoltarea respectului de sine, toleranță. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Cadrul conceptual al educației incluzive	6	2	1	3
	2	Cadrul legislativ al educației incluzive	6	2	1	3
	3	Managementul educației incluzive: structuri, instituții, servicii	12	4	2	6
	4	Particularități de dezvoltare a copiilor cu dizabilități	6	2	1	3
	5	Concepte și tendințe actuale în abordarea individualizată a copilului	6	2	1	3
	6	Suportul educațional	6	2	1	3
	7	Planificarea și organizarea procesului educațional din perspectivă incluzivă	6	2	1	3
	8	Adaptări și modificări în procesul incluziunii educaționale a copiilor cu dizabilități	6	2	1	3
	9	Evaluarea rezultatelor școlare din perspectiva individualizării	6	2	1	3
	10	Tehnologii didactice: delimitări conceptuale	6	2	1	3
	11	Tehnologiile didactice din perspectiva stilurilor de învățare	6	2	1	3
	12	Tehnologiile didactice din perspectiva inteligențelor multiple	6	2	1	3
	13	Tehnologii didactice asistive	6	2	1	3
14	Strategii didactice în asistența copiilor cu dizabilități	6	2	1	3	
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară; Scrierea liberă; Studiu de caz.</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>1. <i>Evaluarea inițială</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor de seminar, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Albu A. și colab., Psihomotricitatea, Iași, 2014. 2. Arsene C. Psihoneurologia, București, 2016. 3. Arseni C., Danaila L., Golu M., Psihoneurologie, București, 2013. 4. Bucun N. Bazele managementului educațional. Modul 1. program de formare continuă în domeniul managementului educațional. Chișinău. 2004. 5. Bulat G., Rusu N. Suportul educațional "Asistența copiilor cu cerințe educaționale speciale". Chișinău: Bons Offices, 2015. 6. Danii A., Popovici D, Racu A. Intervenția psihopedagogică în școala incluzivă. Chișinău: Tipografia Centrală, 2007. 7. Educația Incluzivă. Unitatea de curs. Chișinău, 2017. 8. Efdodi A., Planul educațional individualizat. Chișinău: Cetatea de sus, 2012, 9. Gănu D. Copilul cu cerințe educative speciale, Chișinău, Pontos, 2002, 10. Gănu D. Copilul cu dizabilități neuromotorii, Chișinău, Valinex, 2010 11. Gerguț A. Psihopedagogia persoanelor cu cerințe educative speciale. Strategii diferențiate și incluziune în educație. Iași: Polirom, 2006. 12. Gonciaruc S. – „Incluziunea școlară a copiilor la lecțiile de educație fizică” - Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția a II-a din 26-27 octombrie 2017, Chișinău, USEFS. 13. Gonciaruc S. Andronachi N. Realități și principii actuale în abordarea dizabilității și a incluziunii la nivel internațional. În: Ghidul științifico-metodologic <i>Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în învățământul superior</i>. 14. Gonciaruc S. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015. 15. Gonciaruc S., Stempovschi T. Impactul educației fizice și sportului asupra formării comportamentului pro-social la elevi. În: Materialele Conferinței științifice internaționale: Familia – factor existențial de promovare a valorilor etern-umane (ed. II) 15-16 mai 2017., Chișinău, UPS "Ion Creangă". 16. Gonciaruc S., Racu A., Vârlan M. Proiectarea cercetării științifice din perspectiva integrării și incluziunii educaționale și sociale. În: Ghidul științifico-metodologic <i>Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în</i> 	

învățământul superior. 2014.

17. Goncearuc Sv., Leșcu A. „Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice”. În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.*

18. Goncearuc Sv., Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației fizice incluzive *Materialele Conferinței Științifico-practice „Educația incluzivă – dimensiuni provocări, soluții”. Ediția IX-a, 19 octombrie 2018, Universitatea de Stat „A. Russo” din Bălți.*

19. Goncearuc S., Vrabie E. Stimularea creativității cadrelor didactice în educația incluzivă a elevilor cu CES. „Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”, *Materialele Conferinței Științifice Internaționale, 6 decembrie 2019, Ediția V, Chișinău., ISBN 978-9975-131-78-0, pag.28-32.*

20. Goncearuc S., Nenicu A. Aspecte teoretice privind particularitățile dezvoltării psihomotrice ale copiilor de 7-10 ani în cadrul lecțiilor de înot. În: *Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția V-a 10-12 septembrie 2020, Chișinău, USEFS.*

21. Goncearuc Sv., Leșcu V. *Formarea profesorilor pentru dezvoltarea relațiilor școlare – familie în procesul educației fizice.* În: *Materialele Conferinței Științifice Internaționale “Formarea continua a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern”, 3 decembrie 2020, ediția 1-a, Chișinău, Republica Moldova, ISBN 978-9975-68-417-0. p. 36-44.*

22. Lupuleac V., Goncearuc S., Demcenco P. Monografie “Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia “Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.

23. Goncearuc S. Strategii de pregătire psihică a adolescenților în procesul antrenamentului sportiv. În *Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studențești, Ediția a XXIV-a din 22 aprilie 2021.*

24. Lupuleac V., Goncearuc S., Demcenco P. Monografie “Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia “Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Masajul și gimnastica medicală					
Titularul cursului		Misic Octavian/Mihailov Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O. 40	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru		90	
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	20	-	40	30	
Nota de prezentare	<p>Masajul și Gimnastica medicală este recunoscută ca cea de a treia parte a medicinei, deoarece are valențe și perspective deosebite. Ea reprezintă o disciplină medicală de sine stătătoare care se ocupă cu folosirea mijloacelor și formelor de lucru din cultura fizică pentru a trata traumele și afecțiunile sistemelor: cardiovascular, respirator, digestiv, endocrin și locomotor, de asemenea pentru a preîntâmpina complicațiile ce pot surveni în urma traumelor și diverselor afecțiuni.</p> <p>Masajul și Gimnastica medicală ca disciplină fundamentală se studiază în domeniul de formare profesională la ciclul I – 0114 Formarea profesorilor, la specialitatea 0114.16 Educație fizică pe un număr de 90 ore, 3 credite. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 60 ore; lucru individual 30 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 4 ore – practice.</p> <p>Studierea obiectului se finalizează cu examen. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează efectuarea evaluării curente în săptămâna a 7 – a și a evaluării finale în săptămâna a 14 – a din planul calendaristic.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice;• Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului;• Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului educației fizice în procesul de elaborare a diferitor tipuri de proiecte;• Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de proiectare și programare a activităților instructive specifice procesului educației fizice.						

	<p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform statusului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul educației fizice și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei Masajul și gimnastica medicală; ▪ Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ▪ De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice; ▪ Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul Masajul și gimnasticii medicale, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Aplicarea metodologiei specifice recuperării sportivilor și elevilor; ▪ Abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
1			8	2	4	2
2			10	2	4	4
3			10	2	4	4
4			8	2	4	2
5			8	2	4	2
6			10	2	4	4
7			8	2	4	2
8			10	2	4	4
9			8	2	4	2

	10	Masajul sportiv și automasajul	10	2	4	4
	Total		90	20	40	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale masajului și a gimnasticii medicale. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atît strategii tradiționale, cît și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată in triadă, jocul de rol etc.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atît cunoașterea progreselor studentului, cît și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă / scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Caun E., Corman M., Pogorlețchi A. Recuperarea bolnavilor respiratori - Recomandări metodice către lucrări practice (pentru studenții facultății de Kinetoterapie). Chișinău, 2012, „Elan Poligraf”, 136 p. ISBN 978-9975-66-283-3. Corman M. V., Zavalîșca A. A., Pogorlețchi A. N Actualitatea problematicei obezității la copii de vîrstă școlară mică. Materialele Congresului Internațional Sport Olimpism. Sănătate Ediția a II, Chișinău, 26 – 28. octombrie 2017. Corman M. V., Zavalîșca A. A., Pogorlețchi A. N Actualitatea problematicei obezității la copii de vîrstă școlară mică. Materialele Congresului Internațional Sport Olimpism. Sănătate Ediția a II, Chișinău, 26 – 28. octombrie 2017. Caun E. Gimnastica medicală în ortopedie Masaj (note de curs), Editura U.S.E.F.S. (Tipografia Vite-Jesc SRL) – Chișinău, 2012 , 282 p. Caun E. Particularitățile de petrecere a lecției de educație fizică cu elevii din grupa medicală specială (curs de lecții pentru studenții facultății de educație fizică). Chișinău 1986. Dan M. - Educație pentru sănătate corporală. Oradea 2004. Dan M. - Pregătirea profesional pedagogică a studenților de la facultatea de kinetoterapie pentru activitatea recuperatorie didactică. București 2002. Попов С.Н. – Лечебная физическая культура, Москва, 2004. Фокин Н. – Курс массажа, Москва, 2005. 					

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">10. Godorozea M., Pogorlețchi A., Agapii E., Roșca V., Masajul terapeutic Ghid metodic pentru lucrări practice pentru studenții facultății de Kinetoterapie Chișinău, 201811. Попов С. Н. Физическая реабилитация. Ростов-на-Дону, 2005, 604 с.12. Zamora E., Crăciun D.D., Masaj medical procedee, metodica, indicații terapeutice. Editura Rizoprim, Cluj-Napoca, 2007, 148 p.13. Zavalîșca A. “Gimnastica medicală: Îndrumar instructiv pentru Instituțiile de învățământ superior de Educație Fizică, Tipografia Europress, Ediția a II-a, Chișinău 2016. |
|--|--|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Civilizația Europeană					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Nicolaiciuc Natalia					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 06 A.41	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Fiecare popor sau țară dispune de o cultură și o civilizație cu multiple forme de existență. Istoria Europei s-a format în mod coerent de organizare socială, politică, administrativă, religioasă și și-a exprimat viziunea sa proprie asupra vieții și a omului, a lumii, formulând și un sistem propriu de valori, și-a creat o artă originală. Ca știință generală despre cultură și civilizație, <i>Civilizația europeană</i> are scopul de a releva premisele cultural-istorice ale civilizației contemporane pentru studenții de la specialitatea <i>Educație fizică</i>.</p> <p>În procesul de studiere a disciplinei se presupune familiarizarea studenților cu valorile culturale europene, care au început să se cristalizeze în epoca modernă, cu cultura națională ca parte componentă a culturii universale pentru a le trezi interesul față de dialectica proceselor culturale și importanța lor socială, de a le ridica nivelul conștiinței civice și mândria față de cultura țării noastre.</p> <p>A cunoaște istoria este o autocunoaștere a propriei tale entități umane, în variatele modelări pe care viziunea omului dintr-o anumită epocă au imprimat-o gândirii, simțirii, faptelor; lucru necesar mai ales astăzi când pulsiunile simțirii se nasc și mor pe loc, iar intelectul tinde să devină lipsit de aripi, când sirenele răgușite ale tehnicii și ale consumului imediat, fără iradiere, închid orizontul spiritual până la anulare.</p> <p>Un rol important în societate contemporană îi revine și religiei. Acum, când adevărul este amar, până la de nesuportat, „avem arta pentru a nu muri din cauza adevărului”, cum afirma Nietzsche. Iar Mallarme credea că lumea se va mântui printr-o literatură mai aleasă, prin cunoașterea ideii divine. În lume, zbuciumată de conflicte religioase, cunoașterea doctrinelor și dogmaticii principalelor religii universale, constituie un factor important în făurirea unei societăți tolerante, capabile se reziste xenofobiei, naționalismului și șovinismului radical.</p>						

	<p>Amplificarea orizontului de cultură a studenților, orientarea comportamentului cultural spre standarde mai înalte, formarea gustului și atitudinii estetice dezirabile, stimularea interesului pentru un evantai cât mai larg de valori culturale formează obiectivele cursului dat. Acest curs este necesar pentru a reda învățământului sportiv aspect umanistic, toleranța față de diferențele etnice, culturale și religioase</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul istoriei în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politeții în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința istorică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale istoriei civilizației profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale istoriei; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Revoluția burgheză în Anglia.	3	2	1	3
	2	Revoluția franceză.	3	2	1	3
	3	Franța în perioada imperiului.	3	2	1	3
	4	Pactul european. Congresul de la Viena.	3	2	1	3
	5	Revoluția democratică din 1848 în țările Europei.	3	2	1	3
	6	Revoluția de la 1848 în principatele române.	3	2	1	3
	7	Europa între anii 1848 – 1878.	3	2	1	3
	8	I-ul război mondial.	3	2	1	3
	9	Sistemul Versailles-Washington	3	2	1	3
	10	Regimurile totalitare în sec. al XX-lea în Europa.	3	2	1	3
	11	Al II-lea război mondial.	3	2	1	3
	12	Conferințele de la Ialta și Potsdam. Proiectul lumii postbelice.	3	2	1	3
	13	Istoria politică a războiului rece.	3	2	1	3
	14	Destrămarea URSS.	3	2	1	3
15	Cultura europeană în epoca modernă și contemporană.	3	2	1	3	
Total			90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p style="text-align: center;"><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară; Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le</p>					

	<p>întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. G .Socolov, Istoria și filosofia culturii, Chișinău, 1998. 2. G. Popa, Istoria culturii și a civilizațiilor, Iași, 1997. 3. F. Braunstein-Silvestre, Ghid de cultură generală, București. 4. Literatura și arta Moldovei, Enciclopedie, v. I Chișinău, 1985. 5. Dan Petre, Mica enciclopedie de cultură și civilizație românească, București - Chișinău, 2002. 6. Ovidiu Drîmba, Istoria culturii și civilizației, vol. 1-10, București, 2004. 7. M. Eliade, Istoria credințelor și ideilor religioase, București v. I-III, 1986. 8. A. Mitru, Legendele Olimpului, V.I-II, București, 2001. 9. D. Golițov, Arta plastică a Moldovei, Chișinău, 1987. 10. C..Dragomir, Coiful magic. Mituri și legende ale popoarelor lumii, Chișinău 1989. 11. Istoria lumii în date, București, 1972. 12. I. Hîncu, Vestigii strămoșești, Chișinău, 1990. 13. D. Antonescu, Introducere în arhitectura dacilor, București, 1970. 14. Cultura Moldovei în timpul lui Ștefan cel Mare, București, 1964. 15. M. Cimpoi, Duminica valorilor, Chișinău, 1989. 16. N. Dabija, Pe urmele lui Orfeu, Eseuri, Chișinău, 1989. 17. Cincizeci de biografii ale măiestrilor artei plastice, Chișinău, 1984. 18. I. Dolgopolov, Maieștri și capodopere, Chișinău, 1988. 19. E. Faure, Istria artei, arta renașterii, București, 1988. 20. O. Drimba, Pagini despre cultura europeană, copyright, 1994. 21. E. Barașcov, Vechi civilizații, Chișinău, 1991. 22. M. Florian, Cosmologia elenă, Paidea, 1993. 23. G. Andreescu, Iliada, Odiseea, Eneida, București, 1994. 24. A. Ferrari, Dicționar de mitologie greacă și romană, Polirom 2003. 25. O. Drimba, Literatură universală, clasa 11-a, 12-a. 26. C. Bîrzea, Arta și știința, Chișinău, 2000. 27. G. Călinescu, Istoria literaturii române, Chișinău, 1996. 28. I. Hîncu, Străvechi monumente din Republica Moldova, Chișinău, 1996. 29. Berstein Serge, Milza Pierre., Istoria Europei, Institutul European, Iași, 1998, vol. III (p. 329- 359), vol. IV (p. 186-190; 299-336). 30. Bratu Doru, Revoluțiile lumii moderne, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 57- 90. 31. Bratu Doru, Constituirea și evoluția statelor naționale (secolul al XIX-lea-1918), Editura Fundației România de Măine,2008. 32. Geiss Imanuel, Istoria lumii. Din preistorie până în anul 2000, Editura All, București, 2002. 33. Dușu Alesandru, Evoluții diplomatice și teritoriale în Europa în secolele XIX-XX, Editura Fundației România de Măine, 2008. 34. Onișoru Gheorghe, Istoria contemporană universală 1917-1945, București, Editura Fundației România de Măine, 2005. Onișoru Gheorghe, Istoria contemporană universală după 1945, București, Editura Fundației România de Măine, 2004. 	

- | | |
|--|---|
| | <p>Zorin Zamfir, Istoria contemporană a României, București, Editura Oscar Print, 2003.</p> <p>35. 100 великих картин, Москва, 2002.</p> <p>36. Культура, человек и картина мира, Москва, 1987.</p> <p>37. Культура и философия, Москва, 1983.32. Искусство – живопись, скульптура, архитектура, графика, Москва, 1987.</p> <p>38. 100 великих сокровищ, Москва, 2006.</p> <p>39. 100 великих скульпторов, Москва, 2002.</p> <p>40. В. Павлов, Искусство древнего Египта, Москва, 1962.</p> <p>41. С. Артаманов, Литература древнего мира, Москва, 1988.</p> <p>42. Н. Дмитриева, Античное искусство, Москва, 1988.</p> <p>43. Н. Машкин, История древнего Рима, Москва, 1965</p> |
|--|---|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Politologia					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Carp Lilian					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.42	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Politologie</i> reprezintă un demers teoretic axat pe analiza structurilor și mecanismelor de funcționare ale politicului în societate. Orice investigație profundă și amănunțită asupra sistemului social global, inclusiv asupra condiției umane, nu se poate realiza fără o analiză a politicului. Ultimele evenimente din spațiul internațional, dar și cel național arată că sectorul politic rămâne locul deciziei și interfața care permite comunicarea cu celelalte domenii ale vieții sociale.</p> <p>Prin conținutul său, cursul își propune să creeze cadrul pentru inițierea studenților de la specialitatea <i>Educație fizică</i> cu instrumentarul conceptual al științei politice urmărind să contribuie la formarea unor abilități cognitive care să faciliteze operarea cu aceste concepte în realizarea unor analize științifice ale fenomenelor politice. În cadrul orelor practice se vor analiza diferite aspecte legate de curs cu scopul de a-i deprinde pe studenții de la specialitatea <i>Educație fizică</i> să sesizeze factorii implicați în viața politică și modul în care aceștia interacționează, determinând dinamica celorlalte domenii ale vieții sociale. Structurarea cursului nu constituie o simplă succesiune de teme. Ea vizează o ordonare logică, dar și una didactică a materialului.</p> <p>Prin valorile pe care le evidențiază și cu care operează, convertite în comportamentul politic, prin impactul asupra membrilor societății, cursul de <i>politologie</i> capătă o deosebită însemnătate în procesul formării profesionale, lărgind și îmbogățind atât competențele cognitive, cât și orizontul spiritual al studenților de la specialitatea <i>Educație fizică</i>.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none">• Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului.• Capacitatea de a analiza literatura domeniului politic.						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul politologiei. • Implementarea cunoștințelor teoriei politice privind analiza activității partidelor politice. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul științei politice în analiza proceselor politice. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a studia dimensiunile ideologice ale activității partidelor politice. • Selectarea metodelor eficiente de cercetare ale activității actorilor politici. • Abilitate de a activa în instituțiile societăților civile și politice din țară. • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Aplicarea tehnologiilor informaționale în procesul de analiză a fenomenelor și instituțiilor politice. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderile de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul politologiei; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze ideologiile politice din țară; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
			1	2	1	3
			2	2	1	3
			3	2	1	3
			4	2	1	3
			5	2	1	3
			6	2	1	3
			7	4	2	6
			8	2	1	3
			9	2	1	3
			10	2	1	3
			11	2	1	3
			12	2	1	3
			13	2	1	3

	14	Politica și sportul	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară; Scrierea liberă; Studiu de caz.</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Almond Gabriel A., Știința politică: istoria disciplinei.- Manula de știință politică / ed.: Robert E. Goodin, Hamns – Dieter Klingemann; trad.: Irina Ana Kantor, Ileana - Cristina Stănuș, Romana Careja... – Iași: Polirom, 2005. P. 60 – 97. Aristotel, Statul, editura Antet, București 2003. Aristote, Politica, editura Antet, București 2003. Beniuc V., Politologia, Chișinău, 2000. Dicționarul marilor gânditori politici ai secolului XX (coordonatori Robert Benewick și Philip Green), Editura Artemis, 2002 Efremov V. Politologie. Teste.-Ch.,2009. Efremov V. Politologie: Știință și disciplină de studiu. Ch., 2010. Efremov V. Evoluția gândirii politice. – www.perspectiva.md Enciu N. Politologia. – Chișinău: Civitas, 2005 Fasichella D.,Știința politică: probleme,concepte teorii / Domenico Fasichella; trad. Și postf. De Vixctor Moraru. – Iași: Polirom, 2007 Lijphart, Arend – Modele ale democrației, Polirom, Iasi, 2006 					

- | | |
|--|--|
| | <p>12. Miroiu, Adrian - Fundamentele politicii (volumele 1 si 2), Polirom, Iasi, 2006</p> <p>13. Mungiu-Pippidi, Alina (coord.) – Doctrine politice, Polirom, Iasi, 1998</p> <p>14. Mitran I., Politologia în fața secolului XXI., București, 1997.</p> <p>15. Moșneaga V., Politologia, Chișinău, 1999</p> <p>16. Nay, Oliver – Istoria ideilor politice, Iasi: Polirom, 2008</p> <p>17. Oxford. Dicționar de politică(coord. Lain Mclean), Editura Universul enciclopedic, București, 2001</p> <p>18. Rusnac Gh., Moșneaga V., Varzari P., Politologia – știință și disciplină de studiu. - Politologie: manual pentru specialitățile nonprofil. Univ. De Stat din Moldova. FRIȘPA. Catedra Politologie și Educație Civică. – Ch.: CEP USM, 2007</p> <p>19. Rusnac Gh. Știința politică în Republica Moldova la etapa actuală // MOLDOSCOPIE (Probleme de analiză politică). Nr. 2 (XXXVII), 2007. – Chișinău CEP USM, 2007.</p> <p>20. Țirdea, Bogdan Noroc L., Politologie, Chișinău, 2008</p> |
|--|--|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Elemente de cultură universală și națională					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.43	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității <i>Educație fizică</i>, lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, dechis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Prezentul curriculum examinează două aspecte principale:</p> <ul style="list-style-type: none">• unul care reglează acțiunea educativă, cuprinzând finalitățile, scopurile, obiectivele de studiu.• celălalt, care permite realizarea acestora, respectiv căile, mijloacele, și activitățile. <p><i>Curriculum este axat pe următoarele obiective:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului istoric, care reglementează activitatea studenților pe tot parcursul studierii teoriei și istoriei culturii;• obiectivele cadru ale învățământului istoric universitar;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc progresul în achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii; <p>În vederea realizării obiectivelor de referință sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în 90 ore pe parcursul unui semestru.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; • Să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; • Să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; • Să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; • Să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p align="center">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; • Să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății (adaptare, schimbare, condiționare, etc.) • Să determine locul și importanța diferitelor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; • Să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. • Să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană. 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
1		Obiectul și problematica disciplinei	6	2	1	3
2		Valoarea –concept fundamental al filosofiei culturii.	6	2	1	3
3		Naționalul și Universalul în cultură	6	2	1	3
4		Cultura și civilizația Indiei antice.	6	2	1	3
5		Cultura și civilizația Egiptului Antic.	6	2	1	3
6		Cultura și civilizația Greciei antice.	6	2	1	3
7		Cultura și civilizația Romei antice.	6	2	1	3

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	8	Cultura și civilizația Evului Mediu.	6	2	1	3
	9	Cultura epocii Renașterii	6	2	1	3
	10	Cultura epocii Moderne	6	2	1	3
	11	Cultura epocii Contempo-rane	6	2	1	3
	12	Civilizația geto-dacilor.	6	2	1	3
	13	Cultura românească medievală	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
	15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;elaborarea de proiecte. 					
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei Elemente de cultură universală și națională se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acestora prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă</p>					

	accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atât produsul, cât și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Boia L. Istorie și mit în conștiința românească. București, editura Humanitas, 1997. 2. Botez-Crainic, A. Istoria artelor plastice. Vol. I-II. București, 1995; 3. Blaga L., Opere. Vol. 9: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1985. 4. Blaga L., Opere. Vol. 10: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1987. 5. Braunstein K, Repin J. K, Cultura pentru toți, București, 1997. 6. Bâțlan, I. Istoria culturii și civilizației universal. – București, 1995; 7. Calugher Viorica, Elemente de cultură universală și națională. Chișinău, 2017. 8. Chamoux, F. Civilizația greacă. Vol. I. –București. – Meridiane. -1985; 9. Cristea M., Sistemul educațional și personalitatea. București, Editura Didactică și Pedagogică, 1994. 10. Cultură și societate – studii privitoare la trecutul românesc, volum îngrijit de Al. Zub, București, Editura Științifică, 1991. 11. Harari Noah. 21 de lectii pentru secolul XXI, Polirom, 2018. 12. Hâncu I. Străvechi monumente din Republica Moldova. Chișinău, 1996. 13. Deagaciov L., Roșca S. Apariția și dezvoltarea gândirii filozofice în Moldova, Chișinău, 1992. 14. Drimbă O., Incursiuni în istoria civilizațiilor, București, 1985 15. Delacroix H., Psihologia artei, București, 1983. 16. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-4, București, 1986, 1987, 1990, 1995. 17. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-10, București, 1998. 18. Drimba O., Incursiuni în civilizația omenirii, Vol. 1-2, București, 1993-1996. 19. Drimbă, O. Istoria culturii și civilizației. – București. - 1997. – vol. I – X; 20. Enciclopedia istoriografiei românești, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1978. 21. Istoria civilizației și culturii universale și naționale. Sub red. Gr. Socolov. – Chișinău, 1998; 22. Куманецкий, К. История культуры Древней Греции и Рима. – Москва: Высшая школа. 1990. 23. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, București, 1996 24. Lovinescu E. Istoria civilizației române moderne. București, editura Minerva, 1997. 25. Pâslaru V., Principiul etno - cultural în învățământul din Republica Moldova. Revista de pedagogie (București, Romania), 1993. Nr. 8-12. 26. Peter A. Clayton, P.G. Maxwell-Stuart, Joyce Tyldesley, Chris Scarre, Cronica Faraonilor. Cronica Papilor. Cronica Împăraților Romani. Cronica Regilor Egiptului. Rao Books. 2015. 27. Popa, G. Istoria culturii și a civilizațiilor. - Iași: Cugetarea, 1997; 28. Tănase Al., Introducere în filosofia culturii. București, Editura Științifică, 1968. 29. Radu G. Ideea de progres cultural în lumea contemporană. Iași, 1981. 30. Radu F. Metamorfoza culturii în secolul al XX-lea. București, 1988. 31. Solcanu I. Globalizare și cultură națională – o dilemă reală. Convorbiri literare, 2006. 32. Ungureanu I. Idealuri sociale și realități naționale, București, Editura 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Educația interculturală					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.44	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@univ.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Educație interculturală</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel, se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația culturală are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, cultura națională și universală are menirea de a forma un cetățean cu vederi democratice, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Curriculum-ul la disciplină se adresează cadrelor didactice universitare, studenților de la specialitatea <i>Educație fizică</i>, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Disciplină socio-umanistică, <i>Educația interculturală</i>, are sarcina să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane. Educația interculturală reprezintă unul dintre cele mai importante și actuale aspecte care contribuie la cunoașterea trecutului și patrimoniului cultural și la formarea cetățeanului democratic.</p> <p>Misiunea <i>Educației interculturale</i> ca disciplină de studiu este orientată prioritar spre înțelegerea trecutului, prezentului și a diversității tradițiilor culturale și istorice ale popoarelor lumii pentru a înlătura prejudecățile și a încuraja toleranța între oameni. Așadar, predarea disciplinei trebuie să aibă la bază ideea de reconciliere și influențele</p>						

	reciproce pozitive între popoare.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<ul style="list-style-type: none"> să definească principiile, dimensiunile și valorile educației interculturale; să caracterizeze elementele culturii naționale; să gestioneze conflictele interculturale din cotidian; să contureze profilul personalității interculturale; să argumenteze importanța formării din perspectivă interculturală. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul și problematica filosofiei culturii	12	4	2	6
	2	Valoarea – concept fundamental al filosofiei culturii	6	2	1	3
	3	Conceptul de educație interculturală	6	2	1	3
	4	Diversitatea culturală și identitatea în contextul globalizării	6	2	1	3
	5	Spre intercultural prin cultural	6	2	1	3
	6	Competență interculturală	6	2	1	3
	7	Design-ul educației interculturale	6	2	1	3
	8	Societatea interculturală	12	4	2	6
	9	Școala interculturală	6	2	1	3
	10	Democrație și interculturalitate	6	2	1	3
	11	Culturi în contact	6	2	1	3
12	Stereotipuri și prejudecăți în comunicarea interculturală	12	4	2	6	
	Total		90	30	15	45
	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de</p>					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;elaborarea de proiecte. 											
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Educație interculturală</i> se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acestora prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arhip A. Noile educații. Chișinău: FEP „Tipografia centrală”, 1996. 2. Bezede R. Competența interculturală: instrumente de evaluare. Ghid metodologic pentru cadre didactice preuniversitare. Chișinău: C.E. PRO DIDACTICA, 2016. 3. Bontaș I. Tratat de pedagogie. Ediția a VI-a. București: BIC ALL, 2007. 4. Burdujan R. Competența interculturală ca finalitate a educației interculturale. In: <i>Univers Pedagogic</i>, nr. 3, 2007. Chișinău: IȘE, 2007. pp. 7-11. 5. Căce C., Stăiculescu C. Educația interculturală – dimensiune a educației 											

- contemporane. In: *Studia Universitas*, nr. 9, 2007. Chișinău: USM, 2007. pp. 122-129.
6. Cozma T. O nouă provocare pentru educație: interculturalitatea. Iași: Polirom, 2001. 216 p.
 7. Cristea S. Educația interculturală. In: *Didactica Pro...* Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (20-21), 2003. Chișinău, pp. 98-99.
 8. Cucuș C. Educația. Dimensiuni culturale și interculturale. Iași: Polirom, 2000. 288 p.
 9. Cucuș C. Pedagogie. Ed. a II-a rev. și adăug. Iași: Polirom, 2006. 464 p.
 10. Dasen P., Perregaux C., Rey M. Educația interculturală: experiențe, politici, strategii. Iași: Polirom, 1999. 208 p.
 11. Educație interculturală în Republica Moldova. Chișinău: ARC, 2004. 220 p.
 12. Joița E. Pedagogia. Știința integrativă a educației. Iași: Polirom, 1999.
 13. Nedelcu A. Fundamentele educației interculturale. Diversitate, minorități, echitate. Iași: Polirom, 2008.
 14. Plengei A. Educația pentru toți. In: *Didactica Pro...* Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (62-63), 2010. Chișinău, pp. 91-82.
 15. Pogoșă L. et. al. Educație interculturală. Curriculum școlar, clasele I-IX. Chișinău, 2012. Pe: https://mecc.gov.md/sites/default/files/educatia_interculturala_clasele_i-ix.pdf
 16. Redu M. Educația interculturală în noul context european. In: *Revista de pedagogie*, nr. LIX (1), 2011. Chișinău: IȘE, pp. 25-32.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIE FIZICĂ					
Denumirea cursului		Filosofia și logica domeniului de formare profesională					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa Nicolaiuc Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.45	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90	
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@github.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul Filosofia și logica domeniului de formare profesională are menirea de a veni în ajutor studenților specialității Educație Fizică, doctoranzilor, profesorilor și tuturor celor care se interesează de problematica culturologiei. Disciplina face parte din componenta de orientare socioumanistică din planul de învățământ, care are ca scop formarea unui orizont larg de cultură filozofică, politologică, sociologică, psihologică și economică, care i-ar permite viitorului specialist să-și asume responsabilități într-o societate liberă și să se adapteze operativ și eficient la modificările din societate. La USEFS, disciplina Filosofia și logica domeniului de formare profesională urmează să fie predată ca o știință de sinteză, umanistă prin excelență, având în centrul ei omul și activitatea umană, care trebuie să îmbogățească viața și cunoașterea fiecărui student, dezvoltându-i înțelegerea sensului și devenirii culturii. Instruirea culturologică are misiunea să pregătească tinerii pentru a se orienta mai ușor în lumea contemporană, care constituie rezultatul dezvoltării istorice a mai multor culturi și civilizații umane. Totodată, aceasta va contribui la înțelegerea mai bună și stabilirea contactelor dintre reprezentanții diferitor culturi și civilizații contemporane, și în rezultat să aprecieze originalitatea și valoarea diferitor culturi, să se orienteze în mediul cultural al societății contemporane, să fie apt de a participa în dialogul culturilor. Cursul conține trei compartimente ce corespund standartelor internaționale: elemente de filozofie a culturii, istoria culturii universale, istoria culturii naționale. Compartimentul privind filosofia culturii are ca obiect de studiu procesul creației umane și rezultatul specific al acestui proces – fenomenul cultural – în multidimensionalitatea sa, precum și interrelațiile acestuia cu celelalte componente ale socialului. Sunt reflectate legile genezei și dezvoltării culturii, definiția generală, structurală și funcțională a fenomenului cultural; definiția, structura și funcționarea</p>						

	<p>valorilor, clasificarea acestora; raportul dintre cultură și civilizație; funcțiile modelatoare ale culturii; statutul de om cult, raportul dintre național și universal în cultură etc. Partea privind istoria culturii universale se bazează pe studierea culturilor în corespundere cu nivelurile de dezvoltare a înțelepciunii umane. Se studiază culturile de la origine și până la declin, sau până în zilele noastre. Selecția noastră s-a oprit asupra acelor care în decursul existenței lor și-au desfășurat, pe multiple planuri, toate posibilitățile creatoare, care și-au constituit un profil de o marcată originalitate, care ajungând astfel să se impună ca organisme viguroase, mature, complete, devenind adevărate modele pentru unele popoare din jur și au contribuit substanțial la îmbogățirea patrimoniului de valori al omenirii. Fiecare capitol dedicat unei anumite culturi are drept scop să releve contribuția sa efectivă și locul pe care îl ocupă astfel în istoria umanității. Compartimentul care include istoria culturii naționale îi familiarizează pe studenți cu originea, dezvoltarea de-a lungul, etapelor istorice, interacțiunea cu alte culturi, specificul și originalitatea, tendințele principale ale culturii naționale și cu modalitatea încadrării ei în cultura universală. Modalitatea de abordare a temelor o constituie expunerea în sinteză a culturologiei contemporane, la o anumită problemă de filozofie a culturii sau, în cazul istoriei culturii, făcând apel la cercetătorii reprezentativi atât din domeniul istoric, precum și al filozofiei, eticii, esteticii, științei sau al istoriei artei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politeticii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul filosofiei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze coduri de filosofie profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul filosofiei profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	3	2	1	3
	2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	3	2	1	3
	3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	3	2	1	3
	4	Filosofia medievală	3	2	1	3
	5	Filosofia epocii Renașterii	3	2	1	3
	6	Filosofia Modernă	3	2	1	3
	7	Filosofia Contemporană: orientări și stiluri de gândire	3	2	1	3
	8	Gândirea filosofică națională.	3	2	1	3
	9	Concepte fundamentale ale ontologiei. Ontologia umanului	3	2	1	3
	10	Determinismul, principiile devenirii.	3	2	1	3
	11	Gnoseologia și Epistemologia.	3	2	1	3
	12	Antropologia.	3	2	1	3
	13	Axiologia	3	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	3	2	1	3
	15	Cultura națională contemporană	3	2	1	3
		Total	90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară; Scrierea liberă; Studiu de caz.</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antologia de filosofie românească, voi. 1 București, Minerva, 1986. 2. Anton I. Adămuț, <i>Filosofia Sfântului Augustin</i>, editura Polirom 2001 3. Aristotel, <i>Statul</i>, editura Antet, București 2003 4. Aristotel, <i>Politica</i>, editura Antet, București 2003 5. Boboc A., Mihai N., <i>Filosofia contemporană. Principalele orientări și stiluri de gândire</i>, Chișinău, 1993. 6. Capcelea V., <i>Filosofie</i>, ed. a 3-a, revăzută și adăugită, Chișinău, Arc, 2002 7. Cazan Gh., <i>Istoria filosofiei românești</i>, București, Ediția Didactică și pedagogică, 1984 8. Kant Im. <i>Critica Rațiunii Pure</i>. București, Polirom 2007. 9. Didier L, <i>Dicționar de filosofie</i>. București, ed. Univers Enciclopedie, 1996. 10. <i>Filosofia contemporană</i>, București, Caramond, 1999. 11. <i>Filosofia neokantiană în texte</i>, București 1993 12. Flora L, <i>Filosofie</i>, București, ed. Fundației "România de mâne", 1999. 13. Florian M., <i>Filosofie generală</i>, București, Caramond, 1995. 14. Georgescu D., Lăcătuș M., <i>Mari filosofi ai lumii</i>, București, ed. Didactică și Pedagogică, 1995 15. <i>Istoria filosofiei</i>. sub. red. lui M. Bulgaru, vol. I, II, Chișinău, 1999 16. <i>Lecții de filosofie</i>, București, Humanitas, 1990. 17. Nietzsche F., <i>Amurgul idolilor</i>, Cluj-Napoca, 1990 18. Mirioan M., <i>Filosofie</i>, București, ed. didactică și pedagogică, 1993 19. Vasile Muscă, <i>Introducere în Filosofia lui Platon</i>, editura Polirom, 2002 20. Schopenhauer A., <i>Lumea ca voință și reprezentare</i>, Iași, 1995 V.1, V.2, V.3 21. Schopenhauer A., <i>Viața. Amorul. Moartea</i>. București, 1992 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		EDUCAȚIA FIZICĂ					
Denumirea cursului		Istoria mentalităților colective					
Titularul cursului		Leșcu Artur					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A. 46	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cele mai recente perspective din domeniul discursului istoric (la nouvelle histoire - istoria nouă) se referă la promovarea unei imagini novatoare și globale asupra trecutului, având în vedere modul (sau mai degrabă modurile), manierele în care oamenii societăților trecute văd, percep și își imaginează cosmosul, lumea care-i înconjoară, cum se văd pe ei înșiși, cum îi văd pe ceilalți, precum și sistemele de valori în funcție de care își modelează atitudini, comportamente, reacții unii față de ceilalți și față de provocările mediului natural, social sau politic. Într-un cuvânt, paradigma mentală specifică unui anumit timp istoric. Istoria mentalităților a inaugurat o perspectivă dinamică asupra trecutului, încercând să evite capcanele unui determinism rigid, care merge direct de la cauză la efect. Spiritul pluridisciplinar prin care se caracterizează noua viziune istorică (psihologie socială, geografie umană, demografie istorică, lexicologie, semantică, etc.) este unul dintre principalele atribute ale noului tip de discurs. În centrul investigației este așezat nu un om abstract și universal, ci o ființă concretă din punct de vedere istoric, așezat în mijlocul lumii sale și nu rupt de aceasta. Atenția este acordată oamenilor cu toate trăirile, emoțiile, pasiunile, crizele și reveriile lor, uneori raționali, dar cel mai adesea instinctivi, și nu indivizilor care se reduc la o simplă proiecție socială a unei imagini mascate, fie voit, fie accidental.</p>						
	Competențe profesionale: Presupun un bogat sistem de cunoștințe despre: <ul style="list-style-type: none">• geneza istoriei mentalităților colective;• personalitățile care au contribuit la instituționalizarea istoriei mentalităților colective;• funcțiile istoriei mentalităților colective;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • etapele de constituire a istoriei mentalităților colective; • rolul și locul istoriei mentalităților colective în structura științelor socioumane; • concepțiile istoriei mentalităților colective. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • deprinderi de înțelegere a fenomenului social; • capacitate de a explica rolul, și funcționarea instituțiilor sociale; • putere de convingere; • spirit analitic față de procesele care au loc în viața socială și în viață prin prisma istorică; • accesibilitate, simplitate în prezentarea informațiilor și interpretarea fenomenelor; • gândire și imaginație despre procesele globalizării, relațiilor internaționale. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze cuzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul istoriei mentalităților colective; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze esența istoriei mentalităților colective; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Istoria și aspirațiile descoperirii umanului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>2</p>		<p>Mentalitățile, un domeniu la frontiera dintre științe</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>3</p>		<p>Repere ale unei istorii a religiei populare și a sentimentului religios. Religia prescrisă și religia populară. Sensibilitatea religioasă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>4</p>		<p>Istoria atitudinilor în fața morții</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>5</p>		<p>Sentimentul de frică, insecuritate, dar și de securitate</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>6</p>		<p>Avatarurile imaginarului de-a lungul istoriei</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>7</p>		<p>Filosofia contemporană: orientări și</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		stiluri de gândire				
	8	Descoperirea imaginarului colectiv	6	2	1	3
	9	Imaginar și mentalități	6	2	1	3
	10	Funcțiile imaginarului colectiv	6	2	1	3
	11	Utilajul imaginarului: reprezentări, arhetipuri, simboluri, scheme	6	2	1	3
	12	Viziunea despre lume	6	2	1	3
	13	Domeniile imaginarului social. Miturile. Utopiile	6	2	1	3
	14	Utopiile și Istoria	6	2	1	3
	15	Omul nou și Regenerarea	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea/prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează două lucrări de control (testări).</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală					100%
	Nota pentru evaluarea finală					40%
	Nota evaluarea curentă					20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare					20%
	Nota lucrul individual					20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Philippe Ariès, Omul în fața morții, Buc., Meridiane, 1998. Lucian Boia, Pentru o istorie a imaginarului, Buc., Humanitas, 2000. Idem, Istorie și mit în conștiința românească, Humanitas, 1997. Idem, Sfârșitul lumii. O istorie fără sfârșit, Buc., Humanitas, 1999. Idem, Mitul longevității. Cum să trăim 200 de ani, Humanitas, 1999. Idem (coord), Mitologia științifică a comunismului, Buc., Humanitas, 1999. Jurgis, Baltrusaitis, Evul Mediu fantastic, Buc., Ed. Meridiane, 1975. Marc Bloch, Regii thaumaturgi, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 1996. Fernand Braudel, Structurile cotidianului: posibilul și imposibilul, vol. I, trad. 					

- A. Riza, Buc., Editura Meridiane, 1984.
10. Ernst Cassirer, *Mitul Statului*, Iași, Institutul European, 2001.
 11. Michel de Certeau, *Fabula mistică. Secolele XVI-XVII*, trad. M. Jeanrenaud, Iași, Polirom, 1996.
 12. Roger Chartier, *Lecturi și cititori în Franța Vechiului Regim*, Buc., Meridiane, 1997.
 13. R.Chartier, *Originile culturale ale Revoluției franceze*, (trad. din lb.fr.), Timișoara, SEDONA, 1998.
 14. Pierre Chaunu, *Civilizația Europei în secolul Luminilor*, Buc., Ed. Meridiane, 1986.
 15. Emil Cioran, *Istorie și Utopie*, București, Humanitas, 1992.
 16. Jean Delumeau, *Naissance et affirmation de la Réforme*, Paris, PUF, 1965.
 17. J. Delumeau, *Le catholicisme entre Luther et Voltaire*, Paris, PUF, 1971.
 18. J. Delumeau, *Frica în Occident (secolele XIV-XVIII). O cetate asediată*, trad. M. Moraru, vol I-II, Buc., Ed. Meridiane, 1986.
 19. J.Delumeau, *Mărturisirea și iertarea. Dificultățile confesiunii. Secolele XIII-XVIII*, trad. I. Ilinca, Iași, Polirom, 1998.
 20. Catherine Durandin, *Discurs politic și modernizare în România*, Cluj, PUC, 2001, p. 34-45 (Cel mai bun subiect al istoriei românești: țăranul...)
 21. Alexandru Dușu, *Histoire de la pensée et des mentalités politiques européennes*, București, Ed. Universității, 1997.
 22. M.Eliade, *Aspecte ale mitului*, Buc., Ed. Univers, 1978.
 23. François Furet, *Reflecții asupra Revoluției franceze*, Buc., Humanitas, 1992.
 24. Raoul Girardet, *Mythes et mythologies politiques*, Éd. du Seuil, 1986;
 25. *Mituri și mitologii politice*, Iași, Institutul European, 1997.
 26. Jacques Le Goff, *Imaginarul medieval*, Buc., Ed. Meridiane, 1991.
 27. L.Le Goff, *Negustorii și bancherii în Evul Mediu*, trad. N. Ghimpețeanu, Buc., Ed. Meridiane, 1994.
 28. J. Le Goff, *Nașterea Purgatoriului*, trad. M. Carпов, Buc, Ed. Meridiane, 1995, vol. I-II.
 29. J. Le Goff, *Banii și Viața*, trad. E. Stănescu, Buc., Ed. Erasmus, 1993.
 30. Paul Hazard, *Criza conștiinței europene*, Buc., Ed. Univers, 1973.
 31. P. Hazard, *Gândirea europeană în secolul al XVIII-lea*, București, Editura Univers, 1981.
 32. Johan Huizinga, *Amurgul Evului Mediu*, trad. H.R. Radian, Buc., Ed. Meridiane, 1993.
 33. *La Nouvelle Histoire*, Paris, Éd. Complexes, 1988.
 34. *Mituri istorice românești*, (coord. L.Boia), București, Editura Universității, 1995.
 35. Massimo Montanari, *Foamea și abundența. O istorie a alimentației în Europa*, trad. D. Cernica, E. Caraboi, Iași, Polirom, 2003.
 36. Robert Muchembled, *L'Invention de l'homme moderne. Culture et sensibilités en France du XVe au XVIIIe siècle*, Paris, Librairie Arthème Fayard, 1988.
 37. Robert Muchembled, *O istorie a Diavolului. Civilizația occidentală în secolele XII-XX*, Ed. Cartier, 2002.
 38. S. Nicoară, *Mitologiile Revoluției pașoptiste românești. Istorie și imaginar*, Cluj-Napoca, P.U.C., 1999.
 39. Idem, *Istorie și imaginar. Eseuri de antropologie istorică*, Cluj-Napoca, P.U.C., 2001.
 40. S.Nicoară, T.Nicoară, *Mentalități colective și imaginar social. Istoria și noile paradigme ale cunoașterii*, Cluj-Napoca, Presa Univ.Clujeană/Mesagerul, 1996.
 41. T.Nicoară, *Introducere în istoria mentalităților colective*, Cluj-Napoca, 1995.
 42. Idem, *Clio în orizontul mileniului trei*, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2002.
 43. *Omul bizantin*, coord. Guglielmo Cavallo Iași, Polirom, 2000.

44. Omul romantic, coord. François Furet, Iași, Polirom, 2000.
45. Omul secolului al XIX-lea, coord Ute Frevert, H.-G Haupt Iași, Polirom, 2002.
46. Mona Ozouf, La fête révolutionnaire 1789-1799, Paris, Gallimard, 1976.
47. Al. Fl. Platon, Societate și mentalități în Europa medievală, Iași, Ed. Univ. Al.I. Cuza, 2000.
48. Marius Rotar, Moartea în Transilvania în secolul al XIX-lea, vol. I, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2006.
49. Jean-Paul Roux, Regele. Mituri și simboluri, Buc., Meridiane, 1998.
50. M. Segré, Mituri, rituri și simboluri în societatea contemporană, Tim. Amarcord, 2000.
51. Jean- Claude Schmitt, Rațiunea gesturilor în Occidentul medieval, trad. D. Marian, pref. Al. Dușu, Buc., Editura Meridiane, 1998.
52. Michel Senellart, Artele guvernării. De la conceptul de “regimen” medieval la cel de guvernare, trad. S. Oprescu, Buc., Ed. Meridiane, 1998.
53. Barbu Ștefănescu, Sociabilitate rurală. Violență și ritual, Oradea, Editura universității din Oradea, 2004.
54. Elena Tacciu, Mitologie romantică, București, Cartea Românească, 1973.
55. Jean-Jacques Wunenburger, Sacrul, trad. M. Căluș, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2002.
56. Max Weber, L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme, trad. J. Chavy, Paris, Plon, 1964.(trad. Etica protestantă și spiritul capitalismului, Buc., Humanitas, 1993).
57. J.-J. Wunenburger, Utopia sau criza imaginarului, trad. T. Ionescu, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2001.
58. J.-J. Wunenburger, L'Imaginaire, “Que sais-je?” Paris, PUF, 2003

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



PROGRAMUL DE STUDII

1000.3 FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE

Ciclul I (Licență), 180 credite

CATALOGUL CURSURILOR

în conformitate cu planul de învățământ aprobat de ME din 26 iulie 2017,

număr de înregistrare 18159



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumireacursului		Anatomia și morfologia sportivă					
Titularulcursului		Moroșan Ion/ Dorgan Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.01.O.01	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F–componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>„Anatomia și morfologia sportivă” este destinat formării profesionale a studenților din cadrul facultății de Pedagogie, specialitatea Educație Fizică, Dans sportiv și modern.</p> <p>Anatomia, fiind o ramură a biologiei, este în același timp și cea mai veche dintre științele fundamentale ale învățământului medical fără de care nu poate fi conceput studiul organismului ființei umane în normă, în dezvoltarea sa ontogenetică, precum și modificările morfo-funcționale ce au loc în urma efortului fizic. Anatomia este știința ce studiază forma și structura organismului uman în filo și ontogeneză și modificările condiționate de interacțiunea cu mediul extern, cu mediul de trai, ținând cont de vârstă, sex și particularitățile individuale ale organismului. Anatomia, ca ramură a biologiei, este știința despre substratul material al vieții și sănătății. Obiectul de cercetare al anatomiei este organismul omului.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniu.</p>						
	Competențe profesionale: <i>1. Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale anatomiei; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale anatomiei ce se adresează educației fizice.</i> • Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale structurilor morfologice ale organismului uman, cu aplicate în înțelegerea și cunoașterea						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>metodelor și tehnicilor de activitate fizică;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoștințe generale de bază; • Cunoștințe de bază necesare specialității de educație fizică; • Capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite; <p>2. <i>Utilizarea (Integrare)</i> cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicare și interpretare (explicarea și înțelegerea unor structuri anatomice, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale anatomiei); • Definirea termenilor de specialitate și formarea unui limbaj specific adecvat domeniului; • Identificarea nivelurilor de organizare structurală și funcțională a organismului și a conexiunilor dintre ele; • Cunoașterea topografiei și a raporturilor dintre diferite organe și sisteme de organe în ansamblul organismului; • Descrierea componentelor aparatului locomotor, a modului de alcătuire și a funcțiilor îndeplinite. <p>3. <i>Instrumental – aplicative (proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare în domeniul anatomiei):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de organizare și planificare; • Capacitatea de evaluare și autoevaluare; • Abilități de cercetare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>1. <i>Autonomie și responsabilitate:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea de repere morale, formarea unor atitudini profesionale și civice, care să permită studenților să fie corecți, onești, neconflictuali, cooperanți, înțelegători în fața suferinței, disponibili să ajute oamenii, interesați de dezvoltarea comunității; • Să cunoască, să respecte și să contribuie la dezvoltarea valorilor morale și a eticii profesionale; • Să învețe să recunoască o problemă atunci când se ivește și să ofere soluții responsabile pentru rezolvarea ei. <p>2. <i>Interacțiune socială:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Să recunoască și să aibă respect pentru diversitate și multiculturalitate; • Să aibă sau să învețe să-și dezvolte abilitățile de lucru în echipă; • Să comunice oral și în scris cerințele, modalitatea de lucru, rezultatele obținute, să se consulte cu echipa; <p>3. <i>Dezvoltare personală și profesională:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Să aibă deschiderea către învățarea pe tot parcursul vieții; • Să conștientizeze necesitatea studiului individual ca bază a autonomiei personale și a dezvoltării profesionale; • Să valorifice optim și creativ propriul potențial în activitățile colective; • Să știe să utilizeze tehnologia informației și comunicării.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <p>Cursul <i>Anatomia și morfologia sportivă</i> are menirea de a asigura dobândirea de către studenți a unor cunoștințe fundamentale despre viscere, cavitățile corpului și morfologia funcțională a principalelor sisteme de organe.</p> <p>A. <i>Cunoștințe.</i> Studentul va cunoaște:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice privind topografia și morfologia organelor interne ale organismului uman; • Formarea bazei teoretice pentru însușirea ulterioară a disciplinelor medico-biologice (fiziologia, biomecanica etc.) <p>B. <i>Capacități.</i> Studentul va performa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea deprinderilor de a folosi cunoștințele din domeniul anatomiei și morfologiei sportive în activitatea practică . <p>C. <i>Atitudini</i> Studentul va manifesta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice privind legitățile de creștere și dezvoltare a

	organismului uman, adaptarea acestuia la eforturile fizice. • Formarea bazei teoretice pentru însușirea ulterioară a disciplinelor medico-biologice (fiziologia, biomecanica).					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Introducere. Noțiuni generale, Planele și axele. Nomenclatura anatomică.	12	2	4	6
	2	Scheletul capului și trunchiului	12	2	4	6
	3	Scheletul membrelor superioare	8	2	4	4
	4	Artrologia. Articulațiile corpului uman	16	2	4	8
	5	Mușchii capului și trunchiului	8	2	2	4
	6	Mușchii membrelor superioare și inferioare	8	2	4	4
	7	Evaluarea I	8	-	2	4
	8	Sistemul digestiv și organele anexe	16	2	6	8
	9	Sistemul respirator și urogenital	16	2	6	10
	10	Sistemul cardiovascular	16	4	6	8
	11	Sistemul nervos central și periferic	16	4	6	8
	12	Organele de simț	12	2	4	6
	13	Glandele endocrine	16	2	6	10
	14	Determinarea dimensiunilor antropometrice	8	2	4	4
15	Evaluarea II	8	-	2		
	Total		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baciú Gh.S.. Anatomia și morfologia sportivă. Chișinău, 1993. 283 p. 2. Baciú Gh.S. Bazele morfologiei de vârstă și adaptării sportive (material didactic). Chișinău, 1987, 76 p. 3. Cezar Th.Niculescu, Racu Cîrmaciú, Bogdan Voiculescu. Anatomia și fiziologia omului, București: Corint 2009. 4. Peter Abrahams. Atlasul corpului uman : structura și funcțiile organismului, Bucuresti: Corint, 2011. 5. V. Ranga, T. Șeicaru, Fl. Alexe,. Anatomia omului, editura Kullusys. 6. V. Ranga, Dr.I. Teodorescu Exarcu. Anatomia și fiziologia omului, Editura medicinală. București, 1970. 7. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Anatomia omului (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Farmacie</i>). Chișinău, 2015, 399 p. 8. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. I. Aparatul de susținere și mișcare (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină</i>). Chișinău, 2011, 264 p. 9. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. II. Sistemul nervos central. Splanhnologie (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină</i>). Chișinău, 2015, 340 p. 10. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. III. Sistemele cardiovascular, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale (<i>culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină</i>). Chișinău, 2015, 426 p. 11. Catereniuc I., Lupașcu T., Babuci A., Zorin Z., Bendelic A. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. II. Sistemul nervos central. Splanhnologie. Chișinău, 2015, 267 p. 12. Catereniuc I., Lupașcu T., Babuci A., Zorina Z., Bendelic A. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. III. Sistemele cardiovascular, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale. Chișinău, 2015, 264 p. 13. Catereniuc I., Lupașcu T., Ștefanet M., Batâr D. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. I. Aparatul locomotor. Chișinău, 2014, 176 p. 14. Catereniuc I., Lupașcu T., Tașnic M. et al. Culegere de scheme la anatomia omului / Сборник схем по анатомии человека / Collection of schemes for human anatomy. Ed. a V-a (revăzută și completată). Chișinău, 2014. 256 p. 15. Lupașcu T., Catereniuc I., Globa L., Batâr D., Babuci A., Bendelic A. (sub red. Catereniuc I., Lupașcu T.). Lucrări practice la Anatomia Omului / <i>Notebook for Practical work at Human Anatomy</i>/ Практические занятия по анатомии человека (Ghid pentru autoinstruire / <i>Guide for self-studying</i> / Пособие по самоподготовке). Ed. a IX-a trilingvă (revăzută și completată). I. Aparatul locomotor. Viscere./I. Locomotor Apparatus. Internal organs./I. Опорно-двигательный аппарат. Внутренние органы. Chișinău, 2016, 320 p. 16. Ștefanet M. Anatomia omului. Vol. I, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P Medicina, 2007, 2014. 17. Ștefanet M. Anatomia omului. Vol. II, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P Medicina, 2008, 2015. 18. Ștefanet M. Anatomia Omului. Vol. III, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P Medicina/Tipografia Sirius SRL, 2010, 2016. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Pedagogia generală					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/ Putin Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 01 O.02	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Modernizarea curriculum-ului la disciplina <i>Pedagogie generală</i> este imperativ iminent de actualizarea standardelor în educație și de schimbările care au apărut odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor și implicațiilor politice în domeniul educației istorice produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculum-ului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p> <p>Disciplina <i>Pedagogie generală</i> își aduce aportul la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie pedagogice, calitățile viitorului specialist din domeniul <i>Fitness și programe de recreare</i>. Astfel se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația pedagogică are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, pedagogia generală are menirea de a forma un specialist cu vederi gnoseologice moderne, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față impactelor societății contemporane.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none">• Cunoașterea fundamentelor teoretice și metodologice ale științelor educației;• Producerea noilor cunoștințe în cadrul științelor educației;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea, aplicarea și transferul strategiilor didactice; • Evaluarea critică a fenomenelor, proceselor și a rezultatelor în cadrul educațional. • Comunicarea eficientă interpersonală și didactică; • Asumarea de responsabilități sociale și profesionale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea și interpretarea problemelor din domeniul educațional; • Proiectarea și realizarea cercetărilor aplicative în domeniul educațional; • Implementarea rezultatelor investigaționale în practica educațională. 						
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să cunoască fundamentele Științelor Educației; • Să identifice problemele și tendințele dezvoltării Pedagogiei Generale; • Să identifice aspectul funcțional al reperelor teoretice. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să analizeze și să generalizeze abordările, fenomenele, procesele, experiențele unui demers educativ; • Să compare diverse strategii educaționale; • Să stabilească conexiunea funcțională dintre contextul didactic și particularitățile demersului educativ; • Să proiecteze produse curriculare orientate la Educația centrată pe elev. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să proiecteze și să aplice strategii didactice conform finalităților; • Să proiecteze și să realizeze investigații aplicative privind problematica educativă; • Să comunice eficient la nivel interpersonal și nivel comunitar; • Să implementeze un management eficient al procesului didactic. 						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>				
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>	
			1	2	1	3	
			2	2	1	3	
			3	2	1	3	
			4	2	1	3	
			5	2	1	3	
			6	2	1	3	
			7	2	1	3	
			8	2	1	3	
			9	2	1	3	
			10	2	1	3	
			11	2	1	3	
			12	2	1	3	
			13	2	1	3	
			14	2	1	3	
			15	2	1	3	
			Total	90	30	15	45
<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sânt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficiență a</p>							

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale pedagogiei în dinamica evoluției ei. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut didactic referitor la un fenomen cultural dintr-o perioadă de evoluție; • organizarea dezbatărilor asupra unor fenomene și procese educaționale, inclusiv cu caracter controversat, din diferite etape de dezvoltare; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse bibliografice și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite tematici ce vizează procesul educațional racordat disciplina studiată; • elaborarea și publicarea unor articole privind valorile didacticii naționale și universale; • elaborarea unor mini proiecte privind ocrotirea și valorificarea moștenirii culturale naționale raportată la evoluția managementului educațional; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din didactica modernă.
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului prin prisma dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de studiere. Se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe, capacități și atitudini. Achiziția vizate în mod special în cadrul procesului de evaluare vor fi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cu potențial educativ ridicat și abordarea diferitor puncte de vedere privind problematica pedagogiei generale; - performanțele atinse de către toți studenții atât trunchiului comun, cât și la nivelul extinderii. <p>Se va accentua evaluarea unor capacități cu grad ridicat de complexitate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe, proiecte de activitate profesională și să realizeze eficient predare, educația, evaluarea, etc.; - să elaboreze și să aplice tehnologiile educaționale și informaționale moderne; - să realizeze cercetări științifice aplicative; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea extradidactică și extrașcolară; - să evalueze și să monitorizeze procesul și rezultatul activității profesionale, etc. <p>Comportamentele și atitudinile determinate de interiorizarea valorilor general-umane sociale și culturale pentru învățământul universitar sunt recomandate și metode alternative de evaluare ca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - observarea sistematică a comportamentului studenților, efectuarea conform unor criterii din timp stabilite și planificate prin trei modalități: fișa de evaluare a studentului, scara de clasificare, lista de control; proiectul de cercetare care poate evalua cunoștințe, capacități și atitudini prin diferite tipuri de activitate: orale, scrise, joc de rol, model, etc.; - portofelul didactic, care este un instrument de evaluare complex și care include în sine rezultatele obținute prin celelalte metode; - evaluări sub formă de discuții orale, libere pe baze unei tematici stabilite; - autoevaluarea - autocontrol și autoapreciere posibilă prin diferite forme chestionare, scări de clasificare, etc.
<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Bocoș Mușata, Didactica disciplinelor pedagogice, un cadru constructiv, ed. a III-a, Pitești 2008.</p> <p>2. Bolboceanu A., Cunoașterea elevului, consiliere și orientare. MET, Chișinău 2007.</p> <p>3. Bontaș Ioan, Pedagogie, ed. București: ALL, 2006.</p> <p>4. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2009.</p> <p>5. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică. București Editura Didactică și Pedagogică, 2009.</p> <p>6. Cerghit I., Metode de învățământ, Polirom, ed. a IV-a, Polirom 2006.</p> <p>7. Cojocaru V., Reforma învățământului, obiective, orientări, direcții, Chișinău. 2005.</p> <p>8. Corlateanu T., Cosovan O., Goraș-Postică V., Forme de competențe prin strategii didactice interactive, Chișinău 2008.</p> <p>9. Cristea S., Fundamentele pedagogiei, Polirom, 2010.</p> <p>10. Cucuș C., Pedagogie, Iași, 2009.</p> <p>11. Educația centrată pe cel ce învață, Ghid metodologic, Chișinău, 2009.</p> <p>12. Gonțearuc S., Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică, În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Ch., 2011.</p> <p>13. Gonțearuc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46</p> <p>14. Gonțearuc Sv., Leșcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.</p> <p>15. Gonțearuc S., Șaragov N. Comportamentului prosocial al studenților prin mijloacele educației fizice și sportului. În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția III-a 13-15 septembrie 2018, Chișinău, USEFS</p> <p>16. Gonțearuc S. Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației incluzive, În: Materialele Conferinței științifico-practice internațională Educația Incluzivă: Dimensiuni, Provocări, Soluții. Ediția a IV-a din 19.10.2018, US „Aleco Russo” din Bălți.</p> <p>17. Gornostal V., Gonțearuc Sv., Cijic Ș. Motivarea pentru practicarea sportului a elevilor cu profil de arte din treapta gimnazială. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studențești „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”. Ediția a XXII-a, 11 aprilie 2019, Chișinău, USEFS, ISBN 978-99131-75-9, p.3-8.</p> <p>18. Guțu Vladimir, Cadru de referință a Curriculum-ului național, ed. Știința Chișinău, 2007.</p> <p>19. Iucu Romiți B., Managementul clasei de elevi, aplicații pentru gestionarea situațiilor de criză educațională, Polirom 2006.</p> <p>20. Jinga I., Istrate E., Manual de pedagogie, ediția a II-a, București: ALL, 2008.</p> <p>21. Lupuleac V., Gonțearuc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.</p> <p>22. Manual de pedagogie, coor. Jinga I., Istrate E., ed. a II-a, București.</p> <p>23. Mîndîcanu V., Etica pedagogică, Chișinău 2009.</p> <p>24. Negreț-Dodridor I., Teoria generală a curriculumului educațional, Polirom 2008.</p> <p>25. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, ed. III-a, ARAMIS, 2003.</p> <p>26. Pânișoară Ion-Ovidiu, Profesorul de succes. 59 de principii de pedagogie</p>	

practică, Polirom Iași 2009.

27. Pedagogie, suport de curs, coor. Otilia Dandara, Chișinău, 2010.

28. Potolea Dan, Neacșu Ioan, Iucu Romiță B., Pânișoară Ion-Ovidiu, Pregătirea psihopedagogică, manual pentru definitivat și gradul didactic II, Polirom 2008.

29. Psihopedagogia centrată pe copil, Chișinău, 2008.

30. Voiculescu F., Analiza resurse – nevoi și managementul strategic în învățământ, ed. XXI, editura Aramis.

31. Voiculescu F., Voiculescu E., Măsurarea și științele educației. Teorie, metodologie, aplicații, Iași 2007.

32. Подласый И. П., Педагогика, Москва, «Высшее образование», 2008.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Teoria și metodică culturii fizice					
Titularul cursului		Branîște Gheorghe					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 01 O. 03	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	BTCF	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btcf@mial.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Ca disciplină instructivă TMCF se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil special, care asigură pregătirea multilaterală a studenților Facultății de Pedagogie cu cunoștințe teoretico-metodice și deprinderi practice pentru activitatea profesională ulterioară. Însușirea acestui obiect va contribui la formarea unor cunoștințe pedagogice speciale de specialitate ce țin de cunoașterea principiilor și metodicii de organizare și desfășurare a activităților de educație fizică, stimularea gândirii creatoare a studenților etc.</p> <p>Obiectul de instruire TMCF prevede însușirea de către studenți a sistemului de competențe prin studierea și însușirea materialului teoretico-metodic.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <p>Competențele specifice specialistului din domeniul culturii fizice cu specializarea Fitness și programe de recreare pe care trebuie să le dovedească în procesul de predare-învățare-evaluare și care vor fi dezvoltate pe tot parcursul activității profesionale, sunt:</p> <ul style="list-style-type: none">• Analizarea conținuturilor științifice ale disciplinei Teoria și metodică culturii fizice;• Utilizarea și interpretarea informației provenite din teoria și metodică disciplinei;• Utilizarea adecvată a terminologiei și conceptelor din domeniul teoriei și metodologiei fitness-ului și recreației;• Înțelegerea principiilor specifice teoriei activităților motrice;						

	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea unor concepte și valori fundamentale privind efortul fizic și influența anatomico-fiziologică a acestuia asupra organismului uman. • Dezvoltarea calităților motrice de bază, funcționale, aplicative, volitive și estetice prin intermediul practicării sistematice a unor activități de recreație și fitness; • Construirea unor demersuri didactice interactive prin adecvarea strategiilor la conținuturi; • Utilizarea competentă a documentelor reglatoare ce asigură organizarea diferitor forme de competiții în cadrul diferitor activități; • Proiectarea conținuturilor instruirii, organizarea corespunzătoare a activităților didactice și realizarea evaluării competențelor dobândite de elevi; • Adecvarea demersurilor didactice la particularitățile de vârstă, sex, și nivel de pregătire ale diferitor contingente de subiecți la condițiile materiale; • Construirea unui climat educativ interactiv, de cooperare, stimulat, cu scopul creșterii eficienței rezultatelor activităților didactice; • Înțelegerea aspectelor de ordin legislativ ale activității sale, drepturile legale ale elevilor și părinților, propriile sale drepturi și responsabilități; • Cunoașterea criteriilor de evaluare a activității sale și integrarea acestora în conceperea și realizarea activității didactice. • Formarea calităților de personalitate, a comportamentului civilizată, a deprinderilor comunicative și de interacțiune socială. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențele-cheie stipulate în curriculum răspund concepției dezvoltării sistemului de învățământ obligatoriu la nivel național și internațional. Asigură studenților cunoștințe, capacități și atitudini cuprinse în standardele europene. Ariile curriculare cuprinse în planul-cadru de învățământ cuprinde domenii de competențe-cheie stabilite la nivel european, respectiv: <ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de predare- învățare-evaluare. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat și de comunicare într-o limbă străină. 3. Competențe de bază în educație fizică, sport și recreație. 4. Competențe acțional-strategice de aplicare a tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) în domeniul culturii fizice. 5. Competențe interpersonale, civile, morale . 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) specifice fenomenului culturii fizice. 																																								
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să-și însușească noțiunile de bază privind activitățile de fitness și recreație; • să cunoască metodică însușirii tehnicii și tacticii specifice diverselor activități recreative; • să întocmească referate științifice la temă. • să manifeste interes față de cercetarea în domeniul culturii fizice și recreației . • să valorifice rezultatele cercetării într-un mod creator • să participe la proiecte care au ca teme procesele de fitness și recreație. 																																								
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 25%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">Seminar</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Teoria și metodică culturii fizice - știință și obiect de studiu.</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Cultura fizică – componentă a culturii generale.</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Cultura fizică – sistem social.</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Mijloacele de formare a culturii fizice a personalității.</td> <td style="text-align: center;">12</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">6</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">5</td> <td>Principiile metodice specifice procesului de practicare a exercițiilor fizice.</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">4</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Teoria și metodică culturii fizice - știință și obiect de studiu.	6	1	2	3	2	Cultura fizică – componentă a culturii generale.	6	1	2	3	3	Cultura fizică – sistem social.	8	2	2	4	4	Mijloacele de formare a culturii fizice a personalității.	12	4	2	6	5	Principiile metodice specifice procesului de practicare a exercițiilor fizice.	8	2	2	4
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																					
		Total	Curs	Seminar	LI																																				
1	Teoria și metodică culturii fizice - știință și obiect de studiu.	6	1	2	3																																				
2	Cultura fizică – componentă a culturii generale.	6	1	2	3																																				
3	Cultura fizică – sistem social.	8	2	2	4																																				
4	Mijloacele de formare a culturii fizice a personalității.	12	4	2	6																																				
5	Principiile metodice specifice procesului de practicare a exercițiilor fizice.	8	2	2	4																																				

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	6	Metodele de formare a culturii fizice a personalității.	8	2	2	4
	7	Bazele teoretico-metodice ale învățării și instruirii în procesul de EF. Învățarea acțiunilor motrice.	12	4	2	6
	8	Teoria și metodica dezvoltării calităților motrice.	8	4	2	2
	9	Cultura fizică a diferitor contingente de vîrstă.	14	4	2	8
	10	Teoria și metodologia sportului .	8	2	2	4
	11	Cultura fizică de recreare și reabilitare	6	1	2	3
	12	Cultura fizică adaptivă.	6	1	2	3
	13	Tehnologii moderne de instruire în domeniul culturii fizice.	6	1	2	3
	14	Evidența și evaluarea în domeniul activității motrice.	6	1	2	3
	15	Lecție de totalizare, generalizare și sinteză	4	-	2	2
Total			120	30	30	60
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. Teorie și metodică. Editura didactică și pedagogică. R.A., București, 1996. - 363 p.</p> <p>2. Carp I. Noțiuni de bază ale educației fizice și sportului. Chișinău, I.N.E.F.S., 2000. – 31 p.</p> <p>3. Carp I. Teoria și metodică culturii fizice: curs de lecții pentru studenții ciclului I de instruire. Chișinău, USEFS. 2016. Aprobă la ședința consiliului Facultății de Pedagogie din 20.09.2016, proces-verbal nr. 2 (www.usefs.md, moodle. PowerPoint, 216 slaiduri. suport electronic)</p> <p>4. Carp I., Rață G. Principii și metode didactice specifice educației fizice și sportului. - Bacău: Alma Mater, 2013. 176 p.</p> <p>5. Matveev L.P., Novicov A.D. Teoria și metodică educației fizice. Editura Sport-Turism, București, 1980.</p> <p>6. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Учебник для высш. Учеб.зав. ФВ и С. В 2-х томах. Издательство «Олимпийская литература», 2003.</p> <p>7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2008. - 544 с.</p> <p>8. Максименко А.М Теория и методика физической культуры: Учеб для вузов физической культуры / - 2-е изд. Испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. – 496 с.</p> <p>9. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под.ред. проф. Ю.Ф.Курамшина. 2-е изд., испр. М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.</p> <p>10. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб.пособие для студ. высш. учебн. заведений Издательский центр «Академия», 2004</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Limba franceză (I)					
Titularul cursului		Coronovschi Zinaida					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G.01 O.04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Catedra de Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	-	-	90	90	
Nota de prezentare	<p>Programa prevede, în baza conținuturilor propuse, asigurarea continuității procesului de predare/învățare a limbii străine, promovarea orientării profesionale, realizarea unui nivel mai înalt de cultură generală și de civilizație, de maturizare spirituală și intelectuală, de comunicare interpersonală, îndeosebi ca mijloc prioritar de a accede la surse internaționale de informare și documentare.</p> <p>Limba străină oferă studenților o mare diversitate de conținuturi, le formează un nivel mai înalt de cunoștințe, deprinderi și atitudini în raport cu cele achiziționate.</p> <p>Obiectivul major este realizarea unui învățământ de calitate și ține de evidențierea competențelor sociolingvistice și socioculturale.</p> <p>În procesul de predare/învățare se vor dezvolta la o treaptă superioară competențele lingvistice. Prin raportarea strategiilor și activităților individuale de învățare, de recepționare și producere, tipice limbilor străine la cele ale limbii materne, se va crea o concepție unitară despre funcționarea limbii ca sistem, a cărei studiere se va efectua în mod conștiincios.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Asimilarea cunoștințelor de civilizație despre țara, limba căreia se studiază să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori comune sau diferite din cele două culturi (română și franceză).• Scopul principal al predării limbilor străine în U.S.E.F.S. este posedarea practică a limbii străine ca mijloc de informare și documentare a studenților cu literatura de specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a.• Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitate, precum și formularea opiniei proprii cu privire						

	<p>la cele expuse.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Întreținerea unei convorbiri, discuții pe teme prevăzute de programă. • Dezvoltarea creativității. • Dezvoltarea capacității de exprimare (oral și scris). <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea modalităților eficiente de stimulare a potențialului creativ al studenților. <p>Dezvoltarea relațiilor de comunicare eficientă și constructivă în plan cognitiv, afectiv – motivațional, atitudinal și practic-aplicativ.</p>													
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recunoașterea structurilor lingvistice; • Identificarea noțiunilor, fenomenelor, datelor; • Reproducerea definițiilor, textelor; • Definirea noțiunilor, legilor; • Observarea și evidențierea faptelor, proceselor, fenomenelor; • Enumerarea, deosebirea, descrierea faptelor, proceselor. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea legăturilor intertextuale în baza temelor de specialitate studiate; • Stabilirea interrelațiilor dintre fapte, fenomene, procese; • Abstractizarea, concretizarea, generalizarea; • Interpretarea, explicarea, ilustrarea, demonstrarea; • Organizarea, proiectarea, monitorizarea. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea independentă a lucrărilor creative; • Rezolvarea situațiilor de problemă; • Cercetarea personală; • Elaborarea de noi idei; • Caracterizarea și aprecierea valorică; • Receptarea, conștientizarea mesajului. 													
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 20%;">Total</th> <th style="width: 20%;">L/P</th> <th style="width: 20%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>			Total	L/P	LI						
Total	L/P	LI												
	1	Evaluation initiale.	2	2	-									
	2	Origine de la langue française.	2	2	-									
	3	Nous sommes étudiants	4	2	2									
	4	Tac Ma famille Lexique concernant la famille.	4	2	2									
	5	Mon appartement Gr.: Présent de l'Indicatif. Formes affirmative, négative, interrogative. Impératif.	4	2	2									
	6	La salle de lecture Gr.: Verbes du II ^e groupe au présent. Adjectifs numéraux cardinaux.	4	2	2									
	7	Une leçon de français Gr.: Verbes du III ^e groupe. Présent. Adjectifs numéraux ordinaux. Pronom indéfini: on. Impératif.	4	2	2									
	8	Les langues étrangères (dialogue) Gr.: Suffixes et préfixes des noms et des adjectifs.	6	2	4									
	9	Faisons du sport ! Grammaire: Adjectifs interrogatifs. Emploi des formes temporelles dans le langage parlé.	4	2	2									
	10	L'importance de l'éducation physique	6	2	4									

	Gr.: Degrés de comparaison des adjectifs.			
11	L'Université d'Etat de l'Education Physique et du Sport Gr.: Adjectifs interrogatifs.	8	4	4
12	Le rétablissement des Jeux Olympiques Gr.: Degrés de comparaison des adverbes.	4	2	2
13	L'athlétisme ancien. Les jeux chez les Grecs	4	2	2
14	L'athlétisme moderne Gr.: Analyse des verbes.	6	4	2
15	La journée d'un étudiant	8	4	4
16	Le corps humain Gr.: Forme passive du verbe.	6	4	2
17	Evaluation des connaissances	2	2	-
18	L'athlétisme Gr.: Temps immédiats: futur et passé.	8	4	4
19	Courses Gr.: Analyse des faits de grammaire. Subjonctif présent.	4	2	2
20	Sauts Gr.: Subjonctif passé.	4	2	2
21	Lancement Gr.: Emploi du Subjonctif	4	2	2
22	Evaluation des connaissances	2	2	-
23	Mes loisirs	8	4	4
24	Un régime de vie pour les sportifs	4	2	2
25	Natation Gr.: Analyse des formes temporelles du texte.	4	2	2
26	Gymnastique Adjectifs numériques cardinaux et ordinaux (révision).	6	4	2
27	Gymnastique artistique Gr.: Mise en évidence.	6	4	2
28	Gymnastique aérobie	6	4	2
29	Aérobie artistique	6	4	2
30	La France dans le monde	4	2	2
31	Paris – ville monumentale	4	2	2
32	La Moldavie. Chișinău	4	2	2
33	L'enseignement en France	4	2	2
34	Evaluation finale	2	2	-
35	Récapitulation	2	2	-
Total		180	90	70+20 Lect. part
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p><i>Utilizarea strategiilor didactice cooperante.</i> Strategii didactice interactive (SDI) - suport cognitiv și socio-afectiv necesar formării profilului intelectual și psihologic al studenților și integrării lor în societate. Specificul strategiilor interactiv – creative constă în promovarea interacțiunii dintre capacitatea de gândire și personalitatea studenților. Dezvoltarea spiritului investigativ, a gândirii divergențe și a atitudinii creative a studenților. Favorizarea accesului la cunoaștere prin forțele proprii. Valorificarea potențialului creativ al studenților.</p>			
<i>Evaluarea –inovativă cea mai sigură metodă ce include: seminare, eseuri,</i>				

Strategii de evaluare	<p>proiecte, simulări, soluționare de probleme, prezentări și altele. La evaluare studenții demonstrează că “știu cum să ”, în loc “să știe despre”. <i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I. Studenții sunt admiși la examen în baza reușitei curente. Examenul final permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii străine studiate. Lucrările de control se dau după asimilarea anumitor compartimente din materia predată pe parcursul semestrului și la finele acestuia. Sunt admiși la lucrările de control de sfârșit de semestru și de sfârșit de an doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le français du sport. (aut. G.Florea, București,2002). 2. Coronovschi Z., Culegere de texte la limba franceză pentru studenții anului I, Specialitatea Fitness/turism (suport didactic), Chișinău, 2015, 68 p. 3. Limba franceză (aut. I.Pădureț). București, 1988. 4. Grammaire française. M.1969. 5. Le sport à l'écôle. (aut. G.Belbenoit), 1973. 6. Exploits sportifs. M.1970. 7. La gym'. 2002, 88 p. 8. Terminologia educației fizice și sportului. Ed.Stadion, București, 1974. 9. Lexique anglais / français des sports olympiques. Paris, 2001. 10. Revue Olympique. 11. Dicționar de termeni sportivi francez – român. 12. Dicționar francez – român. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Limba engleză (I)					
Titularul cursului		Nastas Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	-	-	90	90	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea Fitness și programe de recreare.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentând rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată.• Însușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală.• Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă.• Însușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Însușirea terminologiei de specialitate în limba engleză;• Participarea activă la interacțiunile verbale.						
La nivel de cunoaștere:							

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Însușirea regulilor gramaticale pentru a formula corect un enunț (oral sau scris); • efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; • identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Redactarea și corectarea , în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale ; • Audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; • Cunoașterea regulilor de reducere a unui text; • Pregătirea și prezentarea unor comunicări pe anumite teme; • Schițarea și scrierea planul unui text cunoscut; • Explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizând logic lexicul de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut; • Extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață. 				
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>		
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">L/P</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Introductory Lesson	2	2	-
	2	Initial Test	2	2	-
	3	About Myself	3	2	1
	4	My Family	3	2	1
	5	My Flat	3	2	1
	6	My Hobby	3	2	1
	7	Human Body	5	4	1
	8	We Are Students	3	2	1
	9	At the English Language Lesson	3	2	1
	10	The students of physical education and sports universities	3	2	1
	11	Our University	4	2	2
	12	A Student's Working Day	3	2	1
	13	A Student's Day Off	3	2	1
	14	The Foggy Albion-the United Kingdom	6	4	2
	15	The Country of Dreams and Opportunities - the United States of America	6	4	2
	16	My Motherland – Moldova. Places of interest	6	4	2
	17	Chisinau, the capital of Moldova	3	2	1
	18	Educational System in the United Kingdom	6	4	2
	19	Educational System in the United States of America	6	4	2
	20	Educational System in Moldova	6	4	2
	21	The Greatest Festival of Sport – the Olympic Games	4	2	2
	22	The Olympic Movement and Pierre de Coubertain	6	4	2
	23	My Speciality	3	2	1
	24	Elements of Fitness	6	4	2
	25	The Training Process	6	4	2
	26	Sports Nutrition	6	4	2

	27	A sound mind in a sound body	6	4	2
	28	You are what you eat	6	4	2
	29	Health benefits of walking	6	4	2
	30.	Revision	2	2	-
	31	Final test	2	2	-
	Total		180	90	42 ore +48 ore lectura individuală
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. În funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului I. Conținutul examenului prevede:</p> <p>Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului.</p> <p>Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu.</p> <p>Conversația pe o temă studiată.</p> <p>Traducerea lexicului de specialitate.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		40%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Chele P. How to Eat, Move and be Healthy (a guide). Denisova, G., Drozd, A., Romanovich, R. 2011. Tourism Terminology in Social, Linguistic and Translation Contexts. Henrichs-Kleinen E. Gramatica limbii engleze, București: Editura Niculescu, 2003. Keep the spirit Alive. International Olympic Academy, 2003 Leonard I. L. An introduction to tourism. Oxford Press. Melenciu D., Onofreiciuc E. English for High School. Chișinău, 2000. Nedelcu C., Murar I., Bantaș A., Dicționar roman-englez, București; Teora, 2001. Oxford Advanced Learners Dictionary, 2005. Stundevern J. Sport tourism. Oxford Press. The USA: Geography, History, Education (a reader). Moscova: List, 1999. 				

- | | |
|--|--|
| | <p>11. Галицынский Ю. Грамматика английского языка (сборник упражнений). Санкт-Петербург: КАРО, 2006.</p> <p>12. Degtiarova P.F. English, 1989</p> <p>13. Парахина А.В., Тылкина А.В. Учебник английского языка. Москва, Высшая школа, 1982.</p> |
|--|--|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale					
Titularul cursului		Volcu Gheorghe					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G.01.O.05	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	-	-	45	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul fitnessului și programelor de recreare, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Implementarea noilor tehnologii informaționale și de comunicare în sistemele educaționale superioare din întreaga lume, conduc la schimbarea rolului cadrelor didactice și studenților în procesul de predare-învățare-evaluare.</p> <p>Studiul disciplinei „Tehnologii informaționale” are drept scop dezvoltarea capacităților de utilizare a noilor tehnologii informaționale, aplicând metode, mijloace și resurse moderne. În rezultatul dezvoltării rapide a sistemelor informaționale și de comunicare pe piața informațională are drept rezultat alcătuirea bazelor complexe de date prin utilizarea pachetului standard de programe Microsoft Office.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum contribuie la realizarea obiectivelor, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 45 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessului și programelor de recreare.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de orientare în sistemul informațional, mijloace, tehnici și principii de funcționare a acestora. • Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a tehnologiilor informaționale și de comunicare moderne; • Abilități de utilizare a sistemului informațional în activitatea profesională; • Interpretarea ansamblului de concepte, noțiuni și cerințe de instalare a sistemului de operare Windows; • Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a programelor Microsoft Office; <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor digitale specifice soluționării sarcinilor complexe în cadrul activității profesionale; • Utilizarea în situații reale a instrumentelor cu acțiune digitală; • Crearea de documente în domeniul comunicativ și informațional și utilizarea în situații reale a serviciilor electronice, inclusiv a Internetului 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Tehnologii informaționale (sistem informațional, TIC, software, online, nume de utilizator, parolă, editor de text, etc.); ▪ să identifice tipurile de platforme electronice utilizate în activitățile la distanță; ▪ să caracterizeze suporturile informaționale electronice; ▪ să identifice versiunile de sistem de operare Windows; ▪ să identifice principalele funcții de lucru în Word, Excel, PowerPoint și Access; ▪ să caracterizeze programele Microsoft Office. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedurile de lucru cu aplicații digitale; ▪ să aplice parole fișierelor și dosarelor; ▪ să realizeze operațiuni cu textul și să elaboreze tabele complexe în word; ▪ să realizeze operațiuni de lucru în Excel; ▪ să analizeze și să explice avantajele tehnologiilor informaționale; ▪ să determine cerințe și instrucțiuni de instalare a programelor utile activității profesionale; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în activitatea profesională aleasă cât și în alte activități. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura tehnologiilor informaționale; ▪ să îmbine eficient tehnologiile informaționale în activitatea profesională aleasă; ▪ să elaboreze diverse documente în format digital necesare activității profesionale; ▪ să elaboreze prezentări electronice complexe; ▪ să respecte normele etice și deontologice de utilizare a TIC și în mediul online. 					
<p align="center">Tematica și</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Noțiuni generale de tehnologii informaționale	4		2	2
	2	Aplicații software pentru activități la distanță	8		4	4
	3	Mijloace și tehnologii birotice	4		2	2
	4	Mijloace de protejare a informației	4		2	2
	5	Sistemul de operare Windows	4		2	2
	6	Editorul de texte Word	4		2	2
	7	Formatarea paginilor	4		2	2
	8	Organigramele în Word	4		2	2

repartizarea orelor la curs/modul	9	Procesarea tabelelor Word	4		2	2
	10	Tabele electronice Excel	4		2	2
	11	Operațiuni cu tabele Excel	4		2	2
	12	Diagramele în Excel	8		4	4
	13	Bazele de date Access	4		2	2
	14	Elementele bazei de date Access	8		4	4
	15	Aplicația Power Point	4		2	2
	16	Aplicarea graficelor și diagramelor în Power Point	4		2	2
	17	Realizarea de prezentării complexe	8		4	4
	18	Programa Publisher	6		3	3
	Total		90		45	45
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale tehnologiei didactice pentru predarea-învățarea disciplinei Tehnologii informaționale sunt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea de competențe specifice disciplinei. 2. Antrenarea sistematică în scopul dezvoltării competențelor de bază ale disciplinei. 3. Utilizarea metodelor active de instruire, centrate pe student. <p>Metodele utilizate în procesul de predare-învățare a disciplinei sunt: expunerea de material teoretic, lucrul la calculator (individual și/sau sub conducerea cadrului didactic), rezolvarea de probleme, lucrări practice, lucrări de laborator, elaborarea proiectelor, activități în laboratoarele de informatică, centrele de colectare, sistematizare și analiză a datelor. Întrucât în asimilarea informației comunicate sunt implicate procesele psihice de percepție, memorare și operații de gândire, pentru elaborarea sarcinilor didactice se va utiliza în special taxonomia lui Bloom, orientată spre atingerea de către persoana instruită a nivelului intelectual stabilit în standardele educaționale.</p> <p>Pentru facilitarea procesului de asimilare a cunoștințelor de către studenți, se utilizează următoarele metode: interviul, lectură ghidată, exerciții practice la calculator, probleme pentru dezvoltarea gândirii sistemice.</p> <p>La formarea componentelor afective, cadrul didactic se va conduce de taxonomia lui Krathwohl, accentul punându-se pe metodele care se bazează pe aderare, implicare, organizare. Metodele recomandate în acest context sunt studiul de caz, proiectul de cercetare, dezbaterile etc.</p> <p>Pornind de la caracterul aplicativ al disciplinei Tehnologii informaționale, se utilizează în mod amplu în procesul de predare-învățare a metodelor activ-participative. În activitățile practice accentul se pune pe realizarea cu exactitate și la timp a cerințelor sarcinilor de lucru. Realizarea proiectelor în cadrul activităților practice va urmări nu numai dezvoltarea abilităților individuale, dar și a celor de lucru în echipă.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Axarea procesului de predare-învățare-evaluare pe competențe presupune efectuarea evaluării pe parcursul întregului proces de instruire. Evaluarea continuă va fi structurată în evaluări formative și evaluări sumative (finale). Pornind de la caracterul aplicativ al disciplinei Tehnologii informaționale, evaluarea vizează mai mult aspectele ce țin de interpretarea creativă a informațiilor și capacitatea de a rezolva situațiile de problemă.</p> <p>Activitățile de evaluare sunt orientate spre motivarea studenților și obținerea unui feedback continuu, fapt ce permite corectarea operativă a procesului de învățare, stimularea autoevaluării și a evaluării reciproce, evidențierea succeselor, implementarea evaluării selective sau individuale.</p> <p>Evaluarea inițială/diagnostică, se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, etc.</p> <p>Evaluarea curentă/dinamică formativă, se efectuează prin verificări curente pe parcursul seminarelor/lucrărilor practice, deprinderi practice de lucru la computer,</p>					

	<p>note pentru fișierele prezentate, studiile de caz, proiectele, lucrul individual, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină.</p> <p><i>Evaluarea finală/sumativă</i>, se efectuează la sfârșitul semestrului conform planului de studii prin examen, sub forma testării practice, în scris sau oral. Pentru a permite o individualizare a evaluării și o motivare suplimentară a studenților, sarcinile de evaluare sunt ierarhizate pe grade de dificultate. Elaborarea itemilor pentru evaluare este realizată în contextul taxonomiei lui Bloom. Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Curteanu S. EXCEL prin exemple. Editura POLIROM, Iași, 2004. 2. Cristea V., Dumitru P., Giumale C. ș.a., „Dicționar de informatică”, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1981. 3. William Theobald Internet Resources for Leisure and Tourism,. – 2000. 4. Joe Kraynak „Microsoft Office XP”, Editura ALL, 2000. 5. Maria D., Microsoft Word – teorie, teste și fișe de laborator, Editura, 2001 6. Popescu C., Tudor (Huțanu) V. TIC Competențe Digitale. Volumul 2. Editura L&S Infomat, 2007. 7. Revista Romana de Informatica si Automatica, Editura Institutului de Cercetări in Informatica București - vol. 8., nr. 3. (1998) si vol. 9., nr. 1. (1999). 8. Roșca I., Internet și Intranet, Concepte și aplicații, Editura Economică, București, 2000. 9. HOTĂRÎRE Nr. 255 din 09.03.2005, privind Strategia Națională de edificare a societății informaționale – “Moldova electronică”. 10. HOTĂRÎRE cu privire la Concepția guvernării electronice nr. 733 din 28.06.2006 Monitorul Oficial nr. 106-111/799 din 14.07.2006. 11. Legea nr. 982-XIV din 11 mai 2000 privind accesul la informație (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 88-90/664 din 28 iulie 2000). 12. Legea nr. 467-XV din 21 noiembrie 2003 cu privire la informatizare și resursele informaționale de stat (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 6-12/44 din 01 ianuarie 2004). 13. Hotărîrea Guvernului nr. 632 din 8 iunie 2004 „Despre aprobarea Politicii de edificare a societății informaționale în Republica Moldova” (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 96-99/789 din 18 iunie 2004). 14. Volcu Gh., Burlacu N. Tehnologii informaționale – componentă esențială în pregătirea specialistului de educație fizică și sport. În materialele conferinței științifice internaționale, ediția a XX-a: Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice. Chișinău 2017. 15. Volcu Gh. The need of information technologies in the trening of physicaleducation and sport specialists. 4th Central and eastern european LUMEN international scientific conference: Education, Sport, Health. Chișinău 2017. 16. Volcu Gh. Tehnologiile informaționale în pregătirea specialiștilor de educație fizică și sport. Congresul Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, ediția II. Chișinău 2017. 17. Volcu Gh. Dicționar terminologic la tehnologii informaționale (pentru studenții facultăților cu profil sportiv), Chișinău, PrintCaro, 2019. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Gimnastica artistică					
Titularul cursului		Moga Carolina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.01.O.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	16	-	64	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Gimnastica artistică” este o componentă indispensabilă a științelor prevăzute în planul de învățământ la specialitatea „Fitness și programe de recreare”, având drept scop pregătirea profesională a specialiștilor în domeniul fitness-ului și culturii fizice de recreare.</p> <p>Curriculum-ul la „Gimnastica artistică” vizează un sistem de competențe cheie pentru a realiza un larg spectru de acte comunicativ-didactice, aparținând diferitor stiluri metodologice și mijloace funcționale. Integrarea mijloacelor și componentelor de predare-învățare-evaluare întruchipează ceea ce este de importanță majoră la disciplina vizată definind realizarea dezvoltării complexe a personalității studentului la finele ciclului I.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective concrete, necesare în pregătirea profesională a studentului și care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale presupun formarea specialiștilor integri și cu competențe profesionale în domeniul fitness-ului, capabili de a aplica mijloacele gimnasticii în cadrul activității profesionale pentru recreare și fortificarea sănătății persoanelor cointeresate;• obiective cadru ale disciplinei „Gimnastica artistică” prevăd crearea continuă a unui sistem integral de învățare calitativă a specialistului în domeniul fitness-ului și culturii fizice de recreare prin formarea deprinderilor de aplicare a cunoștințelor, deprinderilor și competențelor personale, sociale și profesionale;• obiectivele de referință specifică rezultatele așteptate ale învățării și urmăresc progresul pregătirii practice a studenților în achiziția de cunoștințe și competențe, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional. <p>Conținuturile curriculare se bazează pe realitatea practicii contemporane și</p>						

	<p>creșterea nivelului științific. Acestea vizează realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe-cheie/transversale/transdisciplinare</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Formarea continuă a unui sistem integral de cunoștințe, calități și capacități de învățare calitativă și a deprinderilor de aplicare a cunoștințelor în activitatea profesională. ➤ Posedarea metodelor de comunicare într-un limbaj științific argumentat și aplicarea lor în activitatea de lucru cu echipa și cu fiecare persoană în parte. ➤ Aplicarea metodelor, procedurilor și mijloacelor de obținere, stocare și prelucrare a informației veridice, deținerea competențelor profesionale de lucru pentru manifestarea practică în sălile de fitness și în spații deschise (parcuri, stadioane, etc). ➤ Utilizarea instrumentelor de acțiune digitală în scopul învățării, gestionării informațiilor specifice sferei de activitate, promovării modului sănătos de viață și adaptării la cerințele pieții muncii. ➤ Formarea motivațiilor, atitudinii de comportament civilizată, de respectare a normelor și valorilor moral-spirituale în cadrul interacțiunii sociale. <p style="text-align: center;">Competențe specifice</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Însușirea bazelor teoretice și metodologice a gimnasticii artistice în scopul dezvoltării armonioase, recreării și menținerii sănătății organismului uman. ➤ Demonstrarea cunoștințelor în asigurarea pregătirii profesionale în gimnastica artistică și stabilirea esențialului utilizării mijloacelor gimnasticii în fitness și programelor de recreare. ➤ Aplicarea cunoștințelor în aspectul structurării și utilizării mijloacelor gimnasticii conform scopului și obiectivelor specifice pentru eficientizarea programelor de recreare și a fitness-ului. ➤ Însușirea tehnicii de execuție a exercițiilor de gimnastică fără a pierde eficiența influenței acestora asupra organismului uman. ➤ Elaborarea și aplicarea diverselor metode, procedee metodice și mijloace în activități de dezvoltare armonioasă și a refacerii organismului după efort fizic. ➤ Însușirea și aplicarea tehnologiei de autoasigurare, asigurare și ajutor în cadrul acțiunilor de învățare a exercițiilor de gimnastică. ➤ Rezolvarea situației de problemă în condiții variate de organizare a fitness-ului și programelor de recreare utilizând mijloacele gimnasticii artistice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptele cheie, noțiunile principale ale disciplinei Gimnastica artistică. - să reproducă noțiuni generale privind prevenirea traumatismului, cauzele și factorii de bază în apariția traumatismului la lecțiile de gimnastică artistică. - să caracterizeze componentele mijloacelor gimnasticii artistice. - să posede formele și regulile de descriere a exercițiilor de gimnastică, regulile de elaborare a complexelor de EDFG, modurile de executare a EDFG și variantele lor. - să identifice particularitățile metodologice de instruire ale exercițiilor de gimnastică. - să cunoască particularitățile procesului de desfășurare a activităților de gimnastică cu divers contingent de persoane. - să distingă mijloacele gimnasticii pentru dezvoltarea calităților fizice ale persoanelor de diferită vârstă. - să identifice obiectivele, mijloacele și conținutul gimnasticii cu caracter de recreare. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aplice mijloacele gimnasticii în formarea deprinderilor motrice. - să folosească pe scara largă terminologia corectă, înțeleasă și definită adecvat.

	<ul style="list-style-type: none"> - să aplice regulile de omitere a unor termeni la descriere a exercițiilor de gimnastică. - să elaboreze și să demonstreze corect complexe de EDFG cu și fără obiecte. - să fie capabili de a aplica în cadrul activităților diverse exerciții cu caracter aplicativ. - să includă în compoziția exercițiilor de dezvoltare fizică generală diverse moduri și variante de desfășurare a acestora. - să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate la modelarea complexelor de EDFG ținând cont de specificul activităților cu contingent diferit de subiecți. - să aplice mijloacele și conținuturile gimnasticii de recreare în activitatea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să vorbească corect, fluent și expresiv în limba de predare, adaptându-se la diverse contexte de comunicare în domeniul terminologiei exercițiilor de gimnastică; să explice esența și structura topografiei și orientării sportive. - să justifice competențele obținute în cadrul cursului de Gimnastică în cadrul diverselor aspecte ale regimului motric și de viață. - să respecte particularitățile gimnasticii gen de sport și mijloc de recreare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Istoria dezvoltării gimnasticii.	2			2
	2	Prevenirea traumatismului la lecțiile de gimnastică.	2		2	
	3	Gimnastica – obiect de studiu în sistemul pedagogic de educație fizică.	4	2		2
	4	Terminologia gimnasticii artistice ca sistem de comunicare	8	2	2	4
	5	Metodologia exercițiilor de dezvoltare fizică generală.	8	2	4	2
	6	Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică	4	2		2
	7	Specificul organizării lecțiilor de gimnastică cu divers contingent de subiecți.	8	4		4
	8	Metodica dezvoltării calităților fizice	10	2	4	4
	9	Obiectivele, mijloacele și conținutul gimnasticii recreative.	4	2		2
	10	Exerciții de front și formații, exerciții cu caracter aplicativ.	6		4	2
	11	Exerciții de dezvoltare fizică generală.	6		4	2
	12	Exerciții la sol și acrobatică.	10		8	2
	13	Poziții de atârănări și sprijine la aparatele de gimnastică	8		6	2
	14	Sărituri simple și cu sprijin	8		6	2
	15	Exerciții la bara fixă și paralele	8		6	2
	16	Exerciții la calul cu mânere și inele	6		4	2
	17	Exerciții la paralele inegale și bărnă	8		6	2
18	Exerciții de dezvoltare a calităților fizice	10		8	2	
Total	120	16	64	40		
	<p>În scopul eficientizării procesului de instruire la disciplina „Gimnastica artistică” se vor utiliza următoarele metode tradiționale și procedee de predare a materiei: explicația, conversația, demonstrația, problematizarea, algoritmizarea, modelarea, jocul simulativ, braisorming-ul, etc., inclusiv metode de consolidare (repetarea, exercițiul, studiul individual, fișe individuale), de verificare a</p>					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>competențelor cognitive și psihomotorice, de formare a competențelor etc.</p> <p>În desfășurarea procesului de instruire a activităților didactice se va aplica următoarele forme de studiu: cursul și seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: frontal, diferențiat, pe echipe (subgrupe), individualizat și sub conducerea profesorului. Metode și instrumente de evaluare propuse: prin probe de scris, prin probe practice, examinări curente, examene cu bilete, prin teste specifice, prin elaborări de produse creative și prin descriptorii de evaluare pentru fiecare unitate de învățare a disciplinei.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă formativă, se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul seminarelor/orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), <i>evaluarea capacităților tehnice la aparatele de gimnastică și lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele și biletele de examinare conțin câteva subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota evaluarea capacităților tehnice la aparatele de gimnastică	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Baciú Gh. Cauzele traumatismului și profilaxia lui în gimnastică. Gimnastica. În Culegere: Tipologia și aspectele metodico-științifice ale pregătirii studenților pentru activitatea profesională. Coord. șt. T.Gimalschi, Chișinău, 1992, p.44-49.</p> <p>2. Buftea V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. Material didactic, 2003. 68 p.</p> <p>3. Didactica gimnasticii. Manual. Volumul I. Teoria și metodică. Coord.: T.Gimalschi, E.Filipenco, Chișinău. USEFS, 2013. 385 p.</p> <p>4. Dragnea Adrian. Mijloacele de refacere a capacității de efort. Antrenament sportiv. Teoria și metodologia, Vol.I, București, 1992, p.75-85.</p> <p>5. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice educație fizică și sport. Coord.: T.Gimalschi, E.Filipenco, P.Tolmaciiov, Chișinău: Lumina, 1993. 334 p.</p> <p>6. Gimnastica: teorie și metodologie. Coord.: T.Gimalschi; Chișinău. USEFS, 2016. 250 p. ISBN 978-9975-89-00-7.</p> <p>7. Filipenco E., Moga C., Boiachin A. Gimnastica. Recomandări metodice pentru studenții USEFS privind studiul cursului practico-metodic programat la însușirea tehnicii exercițiilor acrobatice. Chișinău. USEFS, 2015. 137 p. ISBN 978-9975-56-272-0.</p> <p>8. Filipenco E., Moga C., Boiachin A. Dicționar terminologic ilustrat de gimnastică (rus-român). Chișinău. USEFS, 2018. 72 p. ISBN 978-9975-3231-2-3.</p> <p>9. Jurat V., Moga C. Didactica gimnasticii: acrobatica. Recomandări metodice pentru studenții USEFS privind instruirea exercițiilor acrobatice. Chișinău. USEFS,</p>	

2020. 116 p. ISBN 978-9975-56-736-7.

10. Potop Vladimir. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 116 p. ISBN 978-606-8294-97-1.

11. Ольшанко И.М., Трущенко В.В., Фнисимова А.В. Общеразвивающие упражнения, игры и эстафеты с гимнастической палкой. Методические рекомендации. Витебск: ВГУ им. П.М. Машерова, 2014. – 42 с. УДК 37.037.1:372.879.6:378.14(075.8).



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Înotul sportiv					
Titularul cursului		Diacenco Eugenia/Scorțenschi Dmitri					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 01 O. 07	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	65	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Înotul sportiv” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Fitness și programe de recreare 1000.3, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Scopul programei curriculare la disciplina „Înotul sportiv” constă în – însușirea cunoștințelor teoretice, deprinderilor motrice ale înotului sportiv și aplicativ, metodicii de învățare a înotului, organizarea și desfășurarea jocurilor și distracțiilor în apă, lecțiilor de aquaerobică cu diferit contingent, salvarea de la înec; modernizarea procesului de pregătire profesională a studenților/viitori antrenori de fitness, favorizând astfel dezvoltarea sistemului pedagogic de pregătire a cadrelor științifico-pedagogice în domeniul fitness-ului și culturii fizice recreative, în conformitate cu nivelul de dezvoltare și cerințele societății contemporane.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de fitness, capabili de a utiliza elementele înotului sportiv în cadrul activităților de fitness, desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul fitness-ului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnicii, metodicii de predare a înotului sportiv și a aquaerobicii, care va asigura buna desfășurare a formelor de fitness;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în						

	<p>cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>Capitolul dedicat înotului recreativ reunește principalele probleme legate de pregătirea specialiștilor din instituțiile de învățământ superior cu profilul Fitness și programe de recreare.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Înotul sportiv” este planificată în an I, sem. I, 120 ore, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de fitness.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, programelor de fitness și sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice la înot; • Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de proiectare și programare a activităților instructive de antrenament la înot și lecțiile de aquaerobică; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele didactice specifice înotului sportiv/recreativ selectate în raport cu obiectivele de instruire propuse; • Gândirea constructivistă privind diversitatea modalităților de planificare, organizare, desfășurare și evaluare a activităților de înot sportiv/recreativ pentru încurajarea persoanelor de a practica sistematic exercițiile fizice. • Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, de sex, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. • Identificarea și interpretarea valențelor formative ale înotului sportiv/recreativ; înțelegerea și utilizarea metodelor consacrate de analiză și interpretare creativă în elaborarea structurilor motrice și programelor de fitness acvatic; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul înotului sportiv/recreativ, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul culturii fizice recreative și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; • Leadership; • Executarea responsabilă a sarcinilor profesională în condițiile unei autonomii restrânse și asistența calificată să dirijeze procesul de antrenament cu caracter de fortificare în condițiile modificărilor permanente și cerințelor societății, asigurând securitatea vitală și respectarea normelor de securitate în desfășurarea activităților de cultura fizică recreativă.
	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p>

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> - să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului; - să cunoască metodele și mijloacele de învățare a exercițiilor de înot; - să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeelelor sportive, aplicative și de caracter creativ în cadrul structurii lecției de înot; - să cunoască metodica reglării efortului fizic în cadrul lecției; - să determine noțiunile de bază ale cercetărilor pedagogice, metodele de cercetare, lucrul cu literatura. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze și să utilizeze în scop didactic proiectul didactic a lecției de înot în cadrul practicării; - să selecteze și să aplice exerciții pregătitoare și speciale pentru învățarea elementelor tehnice de bază a procedeelelor de înot; - să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație; coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; - să desfășoare lecția de înot și lecția de aquaerobică conform proiectului didactic; - să interpreteze corect salvarea de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor persoanei care a căzut în primejdie. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să poată organiza, desfășura jocuri, distracții și competiții la înot; - a participa și a organiza manifestările de salvare de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor; - să includă elemente formativ-creative în proiectarea didactică; - să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; - să explice și să execute expresiv exercițiile de înot; - să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative; - să încadreze în cadrul lecției elemente de cercetare științifică. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Practice</p>	<p>LI</p>
			<p>3</p>	<p>2</p>		<p>1</p>
			<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
			<p>6</p>	<p>4</p>		<p>2</p>
			<p>3</p>	<p>2</p>		<p>1</p>
			<p>3</p>	<p>2</p>		<p>1</p>
			<p>2</p>	<p>1</p>		<p>2</p>
			<p>4</p>		<p>2</p>	<p>2</p>
			<p>4</p>		<p>2</p>	<p>2</p>
			<p>4</p>		<p>4</p>	
			<p>4</p>		<p>2</p>	<p>2</p>
			<p>3</p>		<p>2</p>	<p>1</p>
			<p>5</p>		<p>4</p>	<p>1</p>
			<p>6</p>		<p>4</p>	<p>2</p>

	15	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe piept și craul pe spate.	3		2	1
	16	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	7		4	3
	17	Învățarea și perfecționarea tehnicii procedeele craul pe piept, pe spate, fluture.	6		4	2
		Folosirea jocurilor și distracțiilor pentru învățarea înotului.	5		2	3
	18	Învățarea și perfecționarea coordonării mișcărilor de brațe, picioare, respirație la procedeele fluture, craul pe piept și spate. Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras în coordonare cu respirația și fără.	10		5	4
	19	Învățarea continuă a tehnicii mișcărilor de brațe bras. Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	5		4	1
	20	Perfecționarea tehnicii înotului bras și fluture.	3		2	1
	21	Învățarea și perfecționarea tehnicii întoarcerilor în procedeul craul pe spate.	3		2	1
	22	Metodica învățării tehnicii procedeele sportive de înot și perfecționarea ei.	4		2	2
	23	Învățarea și perfecționarea tehnicii întoarcerii în procedeul fluture și bras.	5		4	1
	24	Învățarea și perfecționarea tehnicii startului de pe blocul de start și din apă.	3		2	1
	25	Învățarea și perfecționarea tehnicii înotului mixt cu executarea corectă a întoarcerilor.	2		2	
	26	Învățarea succesiunii parcurgerii ștafetei mixte și ștafetei de stil liber la distanța de 4x50 m – mixt; 4x100 m –stil liber.	4		4	
	27	Perfecționarea tehnicii procedeele sportive de înot și a înotului mixt.	4		4	
	28	Perfecționarea procedeele sportive; exercițiilor din aquaerobică. Jocurile dinamice în apă.	2		2	
	Total		120	15	65	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>normative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și <i>lucrărilor individuale – organizarea și desfășurarea jocurilor dinamice în apă</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât</p>					

	<p>cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	ota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarenco T. Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013. 2. Fiedler P., Fetescu S. - Înot. Manual. Universitatea „AL. I. CUZA” IAȘI. Facultatea de educație fizică și sport, 1996. 3. Regulile competițiilor de înot (ultimele ediții). 4. Szatmari L., Ceonța D., Pop N.H., Baloga I., <i>Înot - Suport de curs. Lucrări practice, 2009.</i> 5. Булгакова Н. Ж.– Игры у воды, на воде, под водой: - М.: ФиС, 2000. 6. Булгакова Н. Ж. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 7. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. – М., 1996. 8. Водные виды спорта: Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр. «Академия», 2003. 9. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. 10. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 11. Давыдов В.Ю. Безопасность на воде и оказание помощи пострадавшим. – Волгоград: ВГАФК, 2007. 12. Дьяченко Е., Скорценский Д. Курс лекций по дисциплине «Спортивное плавание»: для студентов пед. фак., обучающихся по специальности 1000.3 «фитнес и рекреационные программы». Кишинэу: Б. 2018 (Tipogr. Totex-Lux). 135p ISBN 978-9975-3191-0-2. 13. Лоуренс Д. – «Аквааэробика. Упражнения в воде»/Д. Лоуренс. – М.: ФАИР – Пресс, 2000. 14. Люссеро Б. – Плавание: 100 лучших упражнений. – М.: Эксмо, 2010. 15. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Fiziologia umană și ergofiziologia					
Titularul cursului		Deleu Inga					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F.02.O.08	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>„Fiziologia umană și Ergofiziologia” este o disciplină medico-biologică, studierea căreia la etapa universitară va asigura studenții cu un complex de informații fundamentale despre reglarea și mecanismele de funcționare normală a organismului.</p> <p>Disciplina de studii „Fiziologia umană, Ergofiziologia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Obiectivul general:</i> Prin parcurgerea cursurilor și lucrărilor practice, studenții vor dobândi cunoștințe legate de funcțiile normale ale organismului uman și vor fi capabili să înțeleagă în manieră integrativă procesele fiziologice, căpătând astfel o bază solidă pentru științele medico-biologice în sport.• <i>Obiective specifice:</i> Pregătirea teoretică a studenților pentru a putea asimila cunoștințe, prin informații sistematizate privind fenomenele de integrare funcțională.• ilustrarea unor noțiuni teoretice în cadrul lucrărilor practice prin prezentarea demonstrativă a unor experimente clasice (video) și diverse simulări computerizate (predominant interactive);• dobândirea de către studenți a unor deprinderi practice privind executarea corectă a unor manevre, pe baza rigurozității procedurilor, dar și a înțelegerii aspectelor explorate; <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p>						

	<p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-<i>generale</i> și a celor de specifice, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniu.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Utile în dezvoltarea ulterioară ca student:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Noțiunile generale predate prin cursul de Fiziologie/Ergofiziologie permit înțelegerea funcționării organismului ca un tot unitar. ▪ Tematica lucrărilor /laborator de Fiziologie/Ergofiziologie permit cunoașterea limitelor de variație a valorilor normale, ale unor investigații de laborator, noțiuni necesare studenților în anii următori de studiu. <p>Pentru activitatea profesională ulterioară :</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Prin însușirea unor noțiuni de curs și lucrări practice la disciplina Fiziologie, viitorul cadru poate aprecia starea de sănătate a organismului, luând decizii adecvate, contribuind la realizarea unei profilaxii, prevenind în acest fel apariția unor complicații. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea și evaluarea activităților practice specifice disciplinei. ▪ Utilizarea materialului didactic și a aparaturii specifice din laboratorul de științe medicale. ▪ Operarea cu programe digitale , documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să acumuleze informații asupra funcționării normale a organismului, urmând ca pe acest substrat să fie adăugate cunoștințe fundamentale din fiziopatologie, medicină sportivă, igienă și să cunoască constantele fiziologice, variațiile de vârstă a acestora în corelație cu noile evoluții în cadrul științelor medico-biologice; ▪ Să dezvolte deprinderi în înregistrarea, măsurarea și interpretarea datelor pentru expunerea verbală și în scris a constatărilor proprii și aprecierea variațiilor biologice și individuale; ▪ Să înțeleagă importanța mecanismelor de reglare a funcțiilor fiziologice în coordonarea organelor și a sistemelor separate pentru activitatea normală a întregului organism; ▪ Să cunoască principiile și metodelor de bază a disciplinei Fiziologiei umane și Ergofiziologie; ▪ Să cunoască utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora;(probe funcționale respiratorii, p. Rozental, randament cardiac, PWC - 170). <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înregistreze și analizeze parametrii diferitor probe funcțional-instrumentale (măsurarea presiunii arteriale, electrocardiograma, spirometria, determinarea oxigenului în sângele arterial, etc.); • Să determine metabolismul bazal prin metode calorimetrice; • Să posede metoda de colectare a sângelui și să interpreteze rezultatele analizelor de laborator; • Să însușească metode de studiere și apreciere a activității diferitor organe și sisteme prin tehnici virtuale și computerizate; • Să însușească metoda de instruire bazată pe analiza problemei (cazul clinic). ▪ să determine metodele complexe de cercetare și aprovizionării organismului

	<p>cu oxigen.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, a randamentului cardiac cu ajutorul indicilor volumului sistolic și minut-volumul (metoda Starr). ▪ Să analizeze și să explice metodele de controlare a capacității de muncă fizică. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să identifice structurile și funcțiile fiziologice și să explice desfășurarea proceselor și fenomenelor fiziologice în corpul uman. • Să posede atât cunoștințe cât și o vastă capacitate de înțelegere a diferitor aspecte fiziologice pentru a avea posibilitatea de a dezvolta o gamă variată de însușiri incluzând cele de cercetare, investigare , analiză, precum, și de a putea confrunța și rezolva unele probleme, planificate comunicării și a prezenta spirit de echipă. • Să posede cunoștințe referitoare la explicarea influenței eforturilor fizice asupra stării funcționale a sistemului motric și vegetative, folosirea termenilor de specialitate în comunicare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Introducere. Sistemele fiziologice a organismului care aprovizionează organismul cu O ₂	12	2	4	6
	2	Fiziologia mecanismelor metabolice a organismului.	12	2	4	6
	3	Fiziologia excreției	8	2	2	4
	4	Sistemul de reglare a activității organismului	16	4	4	8
	5	Sistemele sensoriale	8	2	2	4
	6	Sistemul neuromuscular	8	2	2	4
	7	Evaluarea intermediară I	8	-	4	4
	8	Adaptarea la activitatea musculară și rezervele fiziologice ale organismului	16	2	6	8
	9	Clasificarea și caracteristica fiziologică a exercițiilor fizice.	20	4	6	10
	10	Dinamica stărilor fiziologice a organismului în activitatea sportivă.	16	2	6	8
	11	Bazele fiziologice ale antrenamentului sportiv.	16	2	6	8
	12	Particularitățile fiziologice ale antrenamentului femeilor.	12	2	4	6
	13	Bazele fiziologice ale educației fizice de asanare.	20	4	6	10
14	Evaluarea finală II	8	-	4	4	
	Total	180	30	60	90	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de</p>					

	grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexei N. Antrenamentul sportiv modern. București, 1997 2. Anghel I. Lucrări de laborator la fiziologia educației fizice și sportului. Cluj-Napoca, 1997 3. Chiorescu M. Fiziologia educației fizice și sportului (curs didactic). Chișinău, 2000 4. Crivoi A. Ecologie umană, CEP USM, 2007 5. Crivoi A. Vitaminologie, CEP USM, Chișinău, 2005, p.130. 6. Crivoi A., Sârbu A. Electroencefalografia. Chișinău, Edit. USM. 2001. 7. Demeter A. Antrenamentul sportivilor. București, 1996. 8. Dragnea C. Mate Teodorescu S. Teoria sportului. București, 2002. 9. Drăgan I. Medicina sportivă. București, 2002. 10. Зимкин Н. Физиология человека. Москва 1975 11. Коц И. Спортивная физиология. Москва 1986 12. Платонов В. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев 1997 13. Mariș A.M., Lupașco V.I., „Evaluarea gradului de antrenament al sportivilor în baza unor indici fiziologici”, Revista „Curierul Medical”, 1993, Nr.2, p.42-45 14. Солодков А.С., Сологуб Е.Б., „Физиология человека” Москва, 2001. 15. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Determinarea indicilor relativi ai consumului maximal de oxigen (VO₂) la alergători cu aplicarea eforturilor specifice”. Chișinău, 2012. 16. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Determinarea indicilor relativi ai capacității de muncă fizică PWC₁₇₀ (V) PWC₁₇₀ (V) la alergători cu aplicarea eforturilor specifice. Chișinău 2013. 135p. 17. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Metoda modificată de determinare a indicilor randamentului de muncă fizică PWC₁₇₀ (V) PWC₁₇₀ (V) înotătorilor cu aplicarea eforturilor specifice”. Chișinău 2015. 204p. 18. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Consumul maximal de oxigen al înotătorilor” Determinarea indicilor relativi (VO₂ ml/min/kg) cu aplicarea 	

- | | |
|--|---|
| | <p>19. Honceriu Cezar. Efortul aerob în jocul de fotbal. (Studiu privind modificarea unor indici fiziologici și biochimici). Ed. PIM, Iași 2014.</p> <p>20. Honceriu Cezar. Fiziologia efortului fizic. Ed. PIM, Iași 2014.</p> <p>21. Gîrlea N., Tataru A., Определение энергетического метаболизма мышечной деятельности, Congresului Științific Internațional "Sport. Olimpism. Sănătate", ediția a II-a, 26-28 octombrie, 2017, U.S.E.F.S. Chișinău.</p> <p>22. Лупашко В., Солоненко Г. Сравнительный анализ параметров подготовленности спортсменов водных видов спорта, обусловленных возрастом и полом. Conferința Științifico-practică „Personalitate și sport: Teorie. Metodologie. Practică”, Ediția a IV-a, la 17 mai 2019. Chișinău, Institutul de Relații Internaționale din Moldova.</p> <p>23. Walter F. Boron, Fiziologie medical. Ed. 3, București, 2017.</p> |
|--|---|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREERE					
Denumirea cursului		Biochimia					
Titularul cursului		Delipovici Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.01.O.09	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinaspportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Biochimia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul ”Educației fizice”, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ.</i> Obiectivele esențiale ale disciplinei Biochimia se referă la organizarea chimică a organismelor vii sub raportul structurii, funcției și proprietățile biomoleculilor, la natura și mecanismele reacțiilor biocatalitice asociate structurilor celulare și intracelulare, la procesele biochimice ale metabolismului, la reglarea și controlul biochimic al activității celulare. Obiectivele generale ale cursului „Biochimia” sunt:</p> <ul style="list-style-type: none">- Furnizarea cunoștințelor de bază necesare înțelegerii proceselor biochimice ce au loc în organism, a diferitelor tipuri de efort, a capacității de efort etc. atât pe parcursul antrenamentelor, cât și în afara lor;- Prezentarea principiilor generale și a mecanismelor esențiale de funcționare, autoreglare și adaptare a organismului sportivului ;- Oferirea unui suport științific pentru aspectele esențiale privind mecanismele de autoreglare, perfecționare și autostructurare a organismului supus efortului fizic;- Să înțeleagă studenții cum funcționează sistemele organismului uman, împreună, pentru a susține efortul din antrenament și competiții. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice.</p>					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască și să folosească noțiunile specifice disciplinei; • să explice noțiunile și conceptele biochimice raportate la efort; • să interpreteze și evalueze complexe de modificări ale parametrilor biochimici în condiții de efort sau de restabilire după efort; • să folosească terminologia disciplinei; • să comunice și să colaboreze cu studenții; • să aplice cunoștințele acumulate în situații profesionale diferite; • valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice și de cercetare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • executarea responsabilă a sarcinilor profesionale; • familiarizarea cu lucrul în echipă; • conștientizarea nevoii de formare continuă. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Biochimia (metabolism, sisteme disperse, sisteme tampon, acidoză, alcaloză, hematocrit, elemente figurate, proteine, lipide, glucide, ADN, ARN etc.); ▪ să identifice părțile componente ale sistemelor tampon și modul lor de activitate ; ▪ să caracterizeze vitaminele și hormonii; ▪ să identifice cum are loc resinteza ATP-ului în diferite tipuri de efort fizic; ▪ să identifice compoziția chimică și proprietățile funcționale a mușchilor striati; ▪ să caracterizeze zonele efortului fizic. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine mecanismele de resinteza a ATP-ului; ▪ să elaboreze o rație alimentară rațională în dependență de vârstă, sex, tipul de sport practicat, condițiile climaterice etc.; ▪ să analizeze și să explice capacitatea de efort a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul lecțiilor practice de educație fizică. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența biochimiei efortului fizic; ▪ să îmbine cunoștințele acumulate în cadrul cursului în procesul de pregătire; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru elaborarea programei individuale de antrenament; ▪ să respecte particularitățile disciplinei date. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Introducere în biochimie	5	1	2	2
	2	Sistemele disperse apoase ale organismului	4	-	1	3
	3	Reacția activă a SDA. Ionizarea apei	4	1	1	2
	4	Hormonii – reglatorii proceselor biochimice din organismul uman	3	-	1	2

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	5	Vitaminele și rolul lor în activitatea enzimelor	3	-	1	2	
	6	Biocataliza	5	1	2	2	
	7	Bioenergetica	5	1	2	2	
	8	Biochimia glucidelor	8	2	2	4	
	9	Biochimia lipidelor	5	1	2	2	
	10	Biochimia proteinelor	5	1	2	2	
	11	Biochimia acizilor nucleici	6	1	1	4	
	12	Metabolismul hidro-salin	1	-	1	-	
	13	Biochimia contracției musculare	6	1	2	3	
	14	Dinamica proceselor biochimice într-un efort muscular	4	1	1	2	
	15	Procesele biochimice ce au loc în organism în perioada de restabilire după efort	5	1	1	3	
	16	Bazele biochimice ale dezvoltării calităților motrice ale sportivilor	5	1	2	2	
	17	Factorii biochimici ai capacității de efort a sportivilor	6	1	2	3	
	18	Bazele biochimice ale alimentației raționale a sportivilor	5	1	2	2	
	19	Controlul biochimic în sport	3	-	1	2	
	20	Dopingul și performanța sportivă	3	-	1	2	
	Total			90	15	30	45
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin</p>					

	două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Delipovici I. "Caiet de sarcini" pentru orele facultative și independente la cursul de lecții "Biochimia", Ed. Print – Caro, Chișinău, 2020. 64 p. 2. Delipovici I. "Biochimia", Note de curs, ed. Print-Caro, Chișinău, 2019-231p. 3. Delipovici I. "Asigurarea biochimică a pregătirii sportive", Congresul Științific Internațional Ediția VI-a "Sport. Olimpism. Sănătate", USEFS, Chișinău, 16-18 septembrie, 2021 4. Delipovici I., Annual dynamics of physical development harmony indicators of adolescents, Conferința Științifică Internațională Ediția I Tradiții, realități și perspective ale dezvoltării culturii fizice, Chișinău, 25–26 Mai, 2018 5. Delipovici I. Methodology of teaching physical education by implementing the game and competition method. International Congress of Physical Education, Sport and Kinetotherapy. Education and Sport Science in the 21st Century Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceeding of Social & Behavioural Sciences. Future Academy. ISSN 2357-1330, p.178-184 6. Delipovici I. Metodologia predării lecțiilor de educație fizică la elevii de 14-15 ani prin implementarea metodei jocului și competiției. Methodology of teaching physical education lessons for 14-15 year-old pupils by implementation of the game and competition method. Revista „Știința culturii fizice” nr.31/2, Chișinău, USEFS, 2018. ISSN 1857-4114, e-ISSN 2537-6438, p.31-44. CZU 796.077.5 7. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н., Биохимия мышечной деятельности”, Олимпийская литература, Киев 2000 – 502 с 8. Мохан Р., Глессон М., Гринхафф П., Биохимия мышечной деятельности и физической тренировки”, Олимпийская литература, Киев 2001. 194с. 9. Рогозкин В.А., Биохимическая диагностика в спорте”, Л: Наука, 1988. 50с. 10. Fusu I. „Biochimia exercițiilor fizice”, - Chișinău, INEFS, 1997. – 21p. 11. Fusu I. „Biochimia statică, dinamică și funcțională”, - Chișinău, INEFS, 1999. – 77p. 12. Demeter A., Chircoiașu M., “Fiziologia și biochimia educației fizice și sportului”. București, Ed. Sport – Turism 1979. – 379p. 13. Vâjîială Graziela Elena „Biochimia efortului”. București, Ed. România de mâine, 2002. – 140p. 14. Bezdead P., „Vitaminele și sănătatea”, București, 1994. 62p. 15. Conunov Ț., Popov M., Fusu I. „Curs de chimie”, ed. Lumina, Chișinău, 1994. 16. Glinca N. „Chimie generală”, ed. Lumina, Chișinău, 1967. 17. Rusu V., Deutesch G., „Biochimie medicală generală”, ed. Medicală, București, 1996. 254p. 18. Essen B., Jansson E. “Metabolic characteristics of fibre types in human skeletal muscle” // Acta Physiol., 1995. 153p. 19. Weineck J. Biologia și sportul. Traducere S.D.P., vol I-II, București, 1995. – 374p. 20. Dragan I. „Medicină sportivă”, ed. Medicală, București, 2002. 797p. 21. Christine A. Rosenbloom. „Sports nutrition”, American Dietetic Association, 2012. 507p. 22. Бендел Дж. „Сокращение и расслабление мышц”, Пер. с англ. – Москва, Мир, 1990. 254с. 	

23. Ермолаев М. , Ильичева А. « Биологическая химия»,
Москва, 1990. – 263с.

Медицина,



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘACURSULUI

Programul de studii		<i>FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE</i>					
Denumirea cursului		Teoria și metodică a culturii fizice recreative					
Titularul cursului		Branîște Gheorghe/Truhin Ina					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul ursului	F 02 O. 10	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F–componenta fundamentală)							F
Catedra	Catedra Baze Teoretice ale Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra_btcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Ca disciplină instructivă TMCFR se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil special, care asigură pregătirea multilaterală a studenților la formarea unor competențe speciale de specialitate ce țin de cunoașterea principiilor și metodicii de organizare și desfășurare a activităților motrice cu caracter de recreere a populației, stimularea gândirii creatoare a studenților etc.</p> <p>Toate acestea în ansamblu îi va permite viitorului specialist în domeniul culturii fizice să îmbine cultura fizică cu celelalte laturi ale culturii generale, să generalizeze experiența specialiștilor novatori, să însușească conceptele teoretico-științifice ale culturii fizice, să elaboreze noi căi de perfecționare fizică a elevilor, să aplice în practică cele mai eficiente mijloace, metode și forme de practicare a exercițiilor fizice cu diferite contingente de populație.</p> <p>Toate temele ce constituie conținutul curriculumului sunt expuse cu orientare spre dezvăluirea conținutului și componentelor structurale ale activității specialistului din domeniul culturii fizice recreative (managerial/organizatoric, constructiv/de proiectare, comunicativ, gnostic și motric). La aceasta va contribui profesorul prin formularea unor obiective concrete de expunere a fiecărei teme, care va reflecta însemnătatea practică a materialului teoretico- metodic.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <p>a) obiective generale, care au un grad de generalitate, fiind orientate spre:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea la studenți unui sistem integrativ de cunoștințe teoretice, priceperi și deprinderi speciale necesare viitorilor specialiști în domeniul culturii fizice recreative sub aspect organizatoric, constructiv, comunicativ, gnostic și motric ; 						

	<p>- formarea măiestriei profesional – pedagogice a specialistului contemporan în baza sistemului curricular de predare – învățare – evaluare cu orientare la cerințele ofertei societății moderne;</p> <p>- formarea unor cunoștințe metodologice speciale cu privire la organizarea și desfășurarea activităților de cultură fizică recreative sub formă de lecții de antrenament condiționat cu diferite contingente de populație, priceperilor și deprinderilor de cercetare științifică în cadrul procesului instructiv – educativ și practicii tehnologice și de inițiere.</p> <p>b) obiectivele de referință, care spre deosebire de cele cadru (generale) sunt elaborate pentru fiecare temă în parte. Acestea precizează rezultatele așteptate de la studenți în procesul de instruire, urmărind progrese în achiziții de cunoștințe și capacități de la o temă la alta, pe baza respectării principiilor metodice de instruire.</p> <p>De modul în care se realizează aceste obiective depind finalitățile și standardele de performanță finale ale programei în vigoare.</p> <p>Prin realizarea obiectivelor curriculare se dezvoltă un nou ciclu de competențe, deprinderi și abilități care se întemeiază pe achizițiile competențelor-cheie dobândite de studenți.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fizice recreative.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p><i>Competențele-cheie</i> răspund concepției dezvoltării sistemului de învățământ superior Asigură studenților cunoștințe, capacități și atitudini cuprinse în standardele europene. Ariile curriculare cuprinse în planul-cadru de învățământ cuprinde domenii de competențe-cheie stabilite la nivel european, respectiv:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de rezolvare a problemelor; • Spirit de inițiativă; • Gândire critică și strategică; • Competența de muncă în echipă; • Competența de învățare; • Creativitate; • Competența de comunicare utilizând și o limbă străină; • Competența de operare cu tehnologia informatică; • Înțelegere pentru culturile și obiceiurile altor țări. <p><i>Competențele specifice viitorilor specialist</i> cu specializarea cultura fizică recreativă pe care trebuie să le dovedească în procesul de predare-învățare-evaluare și care vor fi dezvoltate pe tot parcursul activității profesionale, sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizarea conținuturilor științifice ale disciplinei teoria și metodică culturii fizice recreative; • Utilizarea și interpretarea informației provenite din teoria și metodică disciplinei; • Utilizarea adecvată a terminologiei și conceptelor din domeniul culturii fizice, sportului, și recreației; • Înțelegerea principiilor specifice teoriei și metodicii culturii fizice recreative;

	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea unor concepte și valori fundamentale privind activitatea motrice și influența anatomo-fiziologică a acesteia asupra organismului uman. • Dezvoltarea calităților motrice de bază, funcționale, aplicative, volitive și estetice prin intermediul practicării sistematice a exercițiilor fizice • Construirea unor demersuri didactice interactive prin adecvarea strategiilor la conținuturi; • Utilizarea competentă a documentelor reglatoare și de evidență ce asigură organizarea diferitor forme de practicare a exercițiilor fizice cu diferite categorii de persoane ,contingente de vârstă, nivel de pregătire și dezvoltare fizică, stare de sănătate și activitate profesională; • Proiectarea conținuturilor procesului de antrenament, organizarea corespunzătoare a activităților de cultură fizică cu aspect asanativ-recreativ sub diferite forme; • Adecvarea demersurilor didactice la particularitățile de vârstă, sex, și nivel de pregătire ale diferitor contingente de subiecți la condițiile materiale; • Construirea unui climat educativ interactiv, de cooperare, stimulat, cu scopul creșterii eficienței rezultatelor activităților didactice; • Înțelegerea aspectelor de ordin legislativ ale activității sale, drepturile legale ale celor ce practică cultura fizică și sportul, propriile sale drepturi și responsabilități; • Cunoașterea criteriilor de evaluare a activității sale și integrarea acestora în conceperea și realizarea activității de cultură fizică recreativă ; • Formarea calităților de personalitate, a comportamentului civilizată, a deprinderilor comunicative și de interacțiune socială. <p>Finalitățile se vor realiza prin valorificarea conținutului unităților de curs, dar și prin utilizarea adecvată a activităților de predare - învățare - cercetare - evaluare.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La finalizarea studiilor studentul va fi competent:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Să demonstreze abilități cognitive și psihomotrice (cunoaștere, înțelegere, aplicare, analiză, sinteză, evaluare) în domeniul culturii fizice. 2.Să elaboreze strategii și modalități de recreere a organismului uman; 3.Să asigure desfășurarea unui antrenament aerobic; 4.Să asigure desfășurarea unui antrenament de forță; 5.Să elaboreze diverse programe de antrenament aerob cu caracter de fortificare; 6.Să inițieze diverse programe de antrenament anaerob cu caracter de fortificare; 7.Să aplice în cadrul antrenamentului recreativ metode și mijloace preluate din diverse probe de sport; 8.Să aplice sisteme de management al calității în cluburile de fitness; 9.Să adopte decizii optime în vederea programării efortului fizic; 10. Să ajusteze activitatea clubului la cerințele clienților; 11. Să creeze oportunități pentru dezvoltarea și perfecționarea capacităților fizice prin intermediul antrenamentelor de fitness și a diverselor programe de recreare; 12. Să propună tehnologii moderne și eficiente în vederea modelării constituției corporale; 13. Să asigure desfășurarea antrenamentelor de fitness și a diverselor programe de recreare conform normelor igienice, fiziologice, biochimice și medicale; 14. Să sporească eficiența exercițiilor în timpul antrenamentelor de fitness prin cunoașterea tehnicii de executare și a impactului acestora asupra organismului uman; 15. Să comunice eficient și aplicând cunoștințe din domeniul culturii comunicării folosind terminologia sportivă în limba română și o limbă străină.
	<p style="text-align: right;">Numărul de ore</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Bazele conceptuale teoretico-metodice ale culturii fizice recreative	8	2	2	4
	2	Principiile metodice și specifice culturii fizice recreative	8	2	2	4
	3	Sistemul de mijloace aplicate în cultura fizică recreativă	10	2	2	6
	4	Formele de organizare și practicare a culturii fizice recreativ-asanative	8	2	2	4
	5	Periodizarea, planificarea și evidență procesului de antrenament condiționat.	14	4	4	6
	6	Interlegătura dintre sănătate, condiția fizică și exercițiul fizic.	8	2	2	4
	7	Aspecte ale pregătirii fizice, rația alimentară, sportul și modul sănătos de viață.	8	2	2	4
	8	Relația dintre exercițiul fizic sănătate și condiție fizică	14	4	4	6
	9	Metodica cultura fizice recreative la diferit contingente de persoane.	8	2	2	4
	10	Metodica culturii fizice recreative cu persoanele mature și în etate.	10	2	2	6
	11	Tendențe moderne de practicare a sistemelor de exerciții cu caracter de recreere și asanare	8	2	2	4
	12	Factorii care influențează performanța sportivă	8	2	2	4
	13	Metodologia culturii fizice adaptive	8	2	2	4
	Total			120	30	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor</i></p>					

	<p><i>individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="504 495 1150 528">Nota finală</td> <td data-bbox="1158 495 1517 528">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="504 528 1150 562">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1158 528 1517 562">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="504 562 1150 595">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1158 562 1517 595">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="504 595 1150 629">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1158 595 1517 629">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="504 629 1150 663">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1158 629 1517 663">20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N., și colab. (1974) – Terminologia Educației Fizice și a Sportului, Editura Stadion. 2. Andersen, A., P., (2004) – Limbajul trupului, trad. după The complete idiot's Guideto Body Language, printed in Bulgaria, distribuție în România prin Editura Teora, bucurești, ISBN 978- 1- 59496 - 103 – 8. 3. Bard., S., Arthur; Dr.MitchellG.Bard.,(2006) – Să înțelegem creierul, „The complet idiot guide”; Editura Curtea Veche, ISBN 973-669-252-3 4. Boboș, Cecilia; Tache Simona și colab.(2006) – Effects of vitamins A, E, and C suplementations on oxidant/antioxidant balance in exercise, Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizațieși Sport, An VII, nr.3, (25), Septembrie 2006, pg 34 – 38 5. Barteck O. (1999) – All Around Fitness. <i>Könemann</i>. 6. Băiașu N. (1972) - Gimnastica Editura Stadion. 7. Bompa, O., T., (2001) – Teoria și metodologia, Periodizarea antrenamentului sportiv, Ediția a 4 a, Ministerul Tineretului și Sportului, Școala Națională de antrenori, Constanța, Editura Ex Punto. 8. Bompa, O., T., (2001) – Dezvoltarea calităților motrice, Universitatea dihn York, Toronto, Canada, Ministerul Tineretului și Sportului, Școala Națională de antrenori, , Constanța, Editura Ex Punto. 9. Colibaba Evuleț; Bota Ioan (1998) – Jocuri sportive – Teorie și metodică; Editura Aldin, ISBN 973-98005-4-8 10. Covaci, N. (1976) - Săriturile în gimnastică, București, Editura Sport Turism 11. Constantin Filip, Scarlat Eugen, Dragomir Petrică (2000) - Pregătire sportivă teoretică – Ghid metodologic de aplicare a programişcolare pentru Licee (clase) cu program sportiv , M.E.N., Consiliul Național pentru Curriculum, București. 12. Cârstea Gh., (1999) – Educația fizică - fundamente teoretice și metodice., București, Casa de Editură Petru Maior. 13. Constant Maneca (1986) - Dicționar de neologisme, (cf.fr. <i>aptitude</i>) – Florin Marcu. 14. Crăciun, M.,(2007) – Agresivitatea și violența în sport. Considerații psihologice, Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport, An VIII, nr. 1, (27), Martie 2007, pg 5 -7. 15. David, D., (2006) – Metodologia cercetării clinice, colecția Psihologie, Editura Polirom Iași, ISBN 978- 973- 46- 0342- 8 16. Donskoi, D. (1973) - Biomecanica exercițiilor fizice, București., Editura Tineretului. 17. Dragnea, A.,și colab. (2000) – Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 18. Dragnea C.,A., (2006) – Elemente de psihosociologie a grupurilor sportive, Editura Cd Press, București, ISBN 978 -973 - 7989 – 73 – 4 											

19. Drganea, A., C., (2006) – Elemente de psihosociologie a grupurilor sportive, Editura Cd Press, București; ISBN (10) 973-7989-73-2
20. Dragnea, A., Bota, Aura (1999) – Teoria activităților motrice, București, Editura Didactică și Pedagogică, R.A.
21. Drăgan I. (2002) - Medicină sportivă. *Ed. Medicală București*.
22. Dungaciu, P. (1992) - Aspecte ale antrenamentului modern în gimnastică, București, Editura Sport – Turism.
23. Epuran, M., (1976) - Psihologia educației fizice, București, Editura Sport – Turism.
24. Epuran, M., Horghidan Valentina (1994) – Psihologia Educației fizice, ANEFS, București, 1994.
25. Fekete, J. (1996) - Gimnastica de bază, acrobatică și sărituri, Oradea, Editura Librăriile Crican
26. Fesnic I. (1980) - Gimnastica sportivă, Cluj-Napoca, Institutul Politehnic.
27. Ganea, I., V., (2006)- Definierea și tipologia agrementului de tip „outdoor”, *Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport*, An VII, nr. 4, (26), Decembrie 2006, pg 34 -36.
28. Gallagher, Rose – Marie, Fountain Sally, Gee Linda (2000) - Educație fizică: recapitulări prin diagrame (trad. Liliana Puiu), București, Editura All educațional.
29. Grosu, Emilia, Florina (1998) - Elementele tehnice corporale în gimnastica ritmică sportivă și acrobatică, Cluj-Napoca
30. Grosu, Emilia, Florina (1997) - Complexe de influențare selectivă a aparatului locomotor
31. Grosu, Emilia, Florina (2004) - Biomecanica, tehnica și metodică elementelor la sol și bărnă, Cluj-Napoca, Edit. GMI.
32. Grosu, Emilia, Florina (2008) – Optimizarea antrenamentului sportiv (2008) Colecția Știința Sportului, Cluj-Napoca, Edit. GMI.
33. Grosu, Emilia, Florina (2008) – Pregătirea psihologică și antrenamentul invizibil în activitatea sportivă, Colecția Știința Sportului, Cluj-Napoca, Edit. GMI.
34. Guillen, Garcia, F., (2003) – Introduccion a la psicopedagogia de la Actividad Fisica y el Deporte, Coleccion Psicologiadel Deporte, Editorial Kinesis, ISBN 958 - 94 - 0167 – 8.
35. Hauzer, Abadne, Henriette (1983) - Gimnastica ritmică sportivă, București, Editura Sport – Turism.
36. Herman, R., (1994) - Îmbunătățirea tehnicii, în *Scuola della Sport*, Roma.
37. Hârjan, O., Nistor, A., Lupu, I., (2007) – Motivația practicării activităților de educație fizică și sport la elevii din clasele a IXa liceu zi din Cluj – Napoca, *Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport*, An VIII, nr. 1, (27), Martie 2007, pg 54 -59.
38. James J. Hai - 1973, *Biomechanics of sport techniques*, Prentice Hall Inc.
39. Kory, Mercea, Marilena; Zamora, Elena (2003) – Fiziologia efortului fizic sportive, Cluj-Napoca, Editura Casa Cărții de Știință.
40. Krausz, L., Krausz, L., T., (2007) – Hidroterapie, Editura SyryusTeka, Miercurea Ciuc ISBN 973 – 85951 – 4 – 2
41. Laza, Valeria (2007) - Necesarul de lichide și micronutrienți în activitatea fizică, *Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport*, An VIII, nr. 1, (27), Martie 2007, pg 8 -13.
42. Lupu, I., Lupu Olga (2006) - Introducerea în psihologia educațională, Teorie și instrumente de evaluare, Editura Risoprint, Cluj – Napoca, ISBN 973 -751 -115 – 8
43. Macovei Sabina (1995) - Culegere de texte, Gimnastica ritmică sportivă, vol I, specializare, București.
44. Marolicaru, Mariana (1986) – Tartarea diferențiată în educație fizică, București, Editura Sport – Turism
45. Pasztai, Z., (2007) – Rolul stretchingului în normalizarea funcției stato – kinetice, Editura Corson – Iași, ISBN 10 - 973- 8225- 31- 0.

46. Pehoiu, C., Savu, C., (2007) – The structure of the factors motivating the Romanian adults' physical activities, Rev. Palestrica Mileniului III – Civilizație și Sport, An VIII, nr. 1, (27), Martie 2007, pg 42- 49.
47. Pop Nicole (2008) – Note curs Fitness, multiplicat UBB, Cluj -Napoca
48. Pop N.H, Zamora E. (2007) - Creșterea volumului și forței musculare – elemente teoretice, practice și metodice. *Risoprint Cluj-Napoca*.
49. Roman G, Rusu Flavia (coord.) (2008) - Activități sportive pentru populația de vârstă adultă. *Napoca Star Cluj-Napoca* 2008.
50. Rusu Flavia (2008) – Note de curs Fitness, multiplicat UBB, Cluj – Napoca
51. Rusu, Ileana; Pașcan, I.; Grosu, Emilia; Cucu, B. (1998) - Gimnastică, Cluj-Napoca, Editura GMI.
52. Sbenghe T. (2005) - Kinesiologie – știința mișcării. *Ed. Medicală București*
53. Stroescu, Adina (1968) - Gimnastica, București, Editura Didactică și Pedagogică.
54. Smith T., (1982) - *Gymnastics mechanic hall understanding*, Holleder & Soughton
55. Smith, E., E., Nolen-Hoeksema Susa, Fredrickson, Barbara, L., Loftus, G., R., (2005) – Introducere în psihologie, Ediția a XIV a, Editura Tehnică București, ISBN 973 – 31 – 2253 –
56. Szatmary L, Pop N.H, Zamora E. (2005) - Elemente de hidrokinetoterapie și înot terapeutic. *Risoprint Cluj-Napoca*.
57. Tuduscic, I., (1974) - Gimnastica sportivă, Editura Sport Turism.
58. Tuduscic, I., (1997) - Gimnastica acrobatică, Editura Sport Turism.
59. Vasile L. (2007) - Înot pentru sănătate. *Ed. Didactică și Pedagogică R.A. București* .
60. Vieru, N., (1997) - Manual de gimnastică sportivă, București, Editura Driada.
61. Zamora Elena, Doina Elena Zamora, Popescu A., (2004) – Primul ajutor medical în educație fizică, sport și kinetoterapie, Cluj-Napoca, Editura GMI, ISBN 973 – 85692-3-0
62. *** Curriculum Național (1999) Programe Școlare pentru clasele V-VIII, Aria Curriculară Educație Fizică și Sport, București
63. *** Dicționar vizual 5 limbi (2005), Editura Litera Internațional, București.
64. Colecția „Arborele lumii”
65. *** Colecția “ Sportul al copii și juniori” SCJ (1998) – Participarea copiilor în sport, vol.I, Perspective psihologice, SCJ 111-112 (2-3 / 1998), INCPS, București, ISSN 1221 -
66. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. Teorie și metodică. Editura didactică și pedagogică. R.A., București, 1996. - 363 p.
67. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. Editura didactică și pedagogică. R.A. București, 1999. - 283 p.
68. Dragnea A. Teoria educației fizice și sportului. Editura Cartea Școlii, București, 2000. - 241 p.
69. Carp I. Noțiuni de bază ale educației fizice și sportului. Chișinău, I.N.E.F.S., 2000. – 31 p.
70. Cîrstea Gh., Educația fizică - fundamente teoretice și metodice. Casa de editură Petru Maior, București, 1999.
71. Matveev L.P., Novicov A.D. Teoria și metodică educației fizice. Editura Sport-Turism, București, 1980.
72. Rață G. Didactica educației fizice și sportului. Editura „Alma Mater”, Bacău, 2004. – 337 p.
73. Ашмарин Б.А. Теория и методика физического воспитания: Учеб.пособ. для пед. Ин-тов. – М.: Просвещение, 1979. – 360 с.
74. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Учебник для высш. Учеб.зав. ФВ и С. В 2-х томах. Издательство

«Олимпийская литература», 2003.

75. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Физкультура и спорт, СпортАкадемПресс, 2008. - 544 с.

76. Максименко А.М. Теория и методика физической культуры: Учеб. для вузов физической культуры / - 2-е изд. Испр. и доп. - М.: Физическая культура, 2009. - 496 с.

77. Основы теории и методики физической культуры: Учеб. для техн. физ. культуры / Под ред. А.А. Гужаловского. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - 352 с.

78. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. 2-е изд., испр. М.: Советский спорт, 2004. - 464 с.

79. Теория и методика физического воспитания. Учебник для ин-тов физ. культуры / Под общ. ред. А.П. Матвеева и А.Д. Новикова. - Изд. 2-е, испр. и доп. В 2-х т. - М.: Физкультура и спорт, 1976. - 304 с.

80. Управление физической культурой и спортом: Учеб. Для ин-тов физ. культ. / Переверзин И.И., Бугров Н.Н., Вилкин Я.К. и др. - М.: Физкультура и спорт, 1987. - 288 с.

81. Выдрин В.М. Введение в специальность; Учеб. пособ. для ин-тов физ. культуры. - М.: Физкультура и спорт, 1980. - 119 с.

82. Выдрин В.М. Теория физической культуры (культурологический аспект): Учеб. пособ. / ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта. - Л., 1988. - 45 с.

83. Пономарев Н.И. Социальные функции физической культуры и спорта. - М.: Физкультура и спорт, 1974. - 310 с.

84. Фурманов А.Г. Оздоровительная физическая культура: Учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.Б. Юспа. М.: Тесей, 2003. - 528 с.

85. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учебн. заведений. Издательский центр «Академия», 2004.

86. Дубровский В.И. Лечебная физическая культура (кинезотерапия): Учебник для студентов вузов. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1998.

<http://www.bewell.ro>

<http://www.beijing2008.com>

<http://www.digitaljournalist.org>

<http://www.doctor.info.ro>

<http://www.digitaljournalist.org>

<http://www.idieta.ro>

<http://www.olympic.org>

<http://www.ortopedica.ro>

<http://www.quantumpharm.ro>



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Limba franceză II					
Titularul cursului		Coronovschi Zinaida					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G.02 O.11	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Catedra de Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	-	60	60	
Nota de prezentare	<p>Programa prevede, în baza conținuturilor propuse, asigurarea continuității procesului de predare/învățare a limbii străine, promovarea orientării profesionale, realizarea unui nivel mai înalt de cultură generală și de civilizație, de maturizare spirituală și intelectuală, de comunicare interpersonală, îndeosebi ca mijloc prioritar de a accede la surse internaționale de informare și documentare.</p> <p>Limba străină oferă studenților o mare diversitate de conținuturi, le formează un nivel mai înalt de cunoștințe, deprinderi și atitudini în raport cu cele achiziționate.</p> <p>Obiectivul major este realizarea unui învățământ de calitate și ține de evidențierea competențelor sociolingvistice și socioculturale.</p> <p>În procesul de predare/învățare se vor dezvolta la o treaptă superioară competențele lingvistice. Prin raportarea strategiilor și activităților individuale de învățare, de recepționare și producere, tipice limbilor străine la cele ale limbii materne, se va crea o concepție unitară despre funcționarea limbii ca sistem, a cărei studiere se va efectua în mod conștiincios.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Asimilarea cunoștințelor de civilizație despre țara, limba căreia se studiază să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori comune sau diferite din cele două culturi (română și franceză).• Scopul principal al predării limbilor străine în U.S.E.F.S. este posedarea practică a limbii străine ca mijloc de informare și documentare a studenților cu literatura de specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a.• Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitate, precum și formularea opiniei proprii cu privire						

cursului/modulului	<p>la cele expuse.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Întreținerea unei convorbiri, discuții pe teme prevăzute de programă. • Dezvoltarea creativității. • Dezvoltarea capacității de exprimare (oral și scris). <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea modalităților eficiente de stimulare a potențialului creativ al studenților. • Dezvoltarea relațiilor de comunicare eficientă și constructivă în plan cognitiv, afectiv – motivațional, atitudinal și practic-aplicativ. 				
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recunoașterea structurilor lingvistice; • Identificarea noțiunilor, fenomenelor, datelor; • Reproducerea definițiilor, textelor; • Definirea noțiunilor, legilor; • Observarea și evidențierea faptelor, proceselor, fenomenelor; • Enumerarea, deosebirea, descrierea faptelor, proceselor. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea legăturilor intertextuale în baza temelor de specialitate studiate; • Stabilirea interrelațiilor dintre fapte, fenomene, procese; • Abstractizarea, concretizarea, generalizarea; • Interpretarea, explicarea, ilustrarea, demonstrarea; • Organizarea, proiectarea, monitorizarea. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea independentă a lucrărilor creative; • Rezolvarea situațiilor de problemă; • Cercetarea personală; • Elaborarea de noi idei; • Caracterizarea și aprecierea valorică; • Receptarea, conștientizarea mesajului. 				
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	L/P	LI
	1	Ma spécialité.	4	2	2
	2	Médecine du sport	4	2	2
	3	Gymnastique médicale	8	4	4
	4	Gymnastique vertebrale	6	4	2
	5	Gymnastique vertebrale douce, intense	4	2	2
	6	Lecture particulière « Gym »	6	4	2
	7	Massage	4	2	2
	8	Gymnastique de rééquilibration des chaines musculaires . Posturale .	6	4	2
	9	Evaluation des connaissances	2	2	-
	10	Stretching.	6	4	2
	11	Pilates	4	2	2
	12	Natation médicale	6	4	2
	13	Activité physique et santé	4	2	2
	14	Evaluation des connaissances	4	2	2
	15	Nuitrition	8	4	2
	16	Le mouvement et la musique	8	4	2
	17	L`hygiène du sportif.	8	4	4
	18	Lecture particulière « Gym »	4	2	2
	19	Les produits d`hygiène	4	4	2
20	Evaluation finale.	2	2	-	
21	Récapitulation	2	2	-	

	Total	120	60	40+20 Lect. part
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p><i>Utilizarea strategiilor didactice cooperante.</i></p> <p>Strategii didactice interactive (SDI) - suport cognitiv și socio-afectiv necesar formării profilului intelectual și psihologic al studenților și integrării lor în societate.</p> <p>Specificul strategiilor interactiv – creative constă în promovarea interacțiunii dintre capacitatea de gândire și personalitatea studenților.</p> <p>Dezvoltarea spiritului investigativ, a gândirii divergențe și a atitudinii creative a studenților.</p> <p>Favorizarea accesului la cunoaștere prin forțele proprii.</p> <p>Valorificarea potențialului creativ al studenților.</p>			
Strategii de evaluare	<p><i>Evaluarea –inovativă</i> cea mai sigură metodă ce include: seminare, eseuri, proiecte, simulări, soluționare de probleme, prezentări și altele.</p> <p>La evaluare studenții demonstrează că “știu cum să”, în loc “să știe despre”.</p> <p><i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I. Studenții sunt admiși la examen în baza reușitei curente. Examenul final permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii străine studiate. Lucrările de control se dau după asimilarea anumitor compartimente din materia predată pe parcursul semestrului și la finele acestuia. Sunt admiși la lucrările de control de sfârșit de semestru și de sfârșit de an doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.</p>			
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%		
	Nota pentru evaluarea finală	40%		
	Nota evaluarea curentă	40%		
	Nota lucrul individual	20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le français du sport. (aut.G.Florea, București, 2002). 2. Coronovschi Z., Culegere de texte la limba franceză pentru studenții anului I, Specialitatea Fitness/turism (suport didactic), Chișinău, 2015, 68 p. 3. Limba franceză (aut. I.Pădureț). București, 1988. 4. Grammaire française. M.1969. 5. Le sport à l'école. (aut. G.Belbenoit), 1973. 6. Exploits sportifs. M.1970. 7. La gym`. 2002, 88 p. 8. Terminologia educației fizice și sportului. Ed.Stadion, București, 1974. 9. Lexique anglais / français des sports olympiques. Paris, 2001. 10. Revue Olympique. 11. Dicționar de termeni sportivi francez – român. 12. Dicționar francez – român. 			



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Limba engleză II					
Titularul cursului		Nastas Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 02 O. 11	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	-	60	60	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea Fitness și programe de recreare.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentând rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată.• Însușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală.• Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă.• Însușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none">• Însușirea terminologiei de specialitate în limba engleză;• Participarea activă la interacțiunile verbale.						

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; • identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate; • schițarea și scrierea planul unui text cunoscut. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • redactarea și corectarea, în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale ; • audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; • pregătirea și prezentarea unor comunicări pe anumite teme; • explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizând logic lexicul de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut; • extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață. • cunoașterea regulilor de reducere a unui text. 				
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>		
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">L/P</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Sports in the United Kingdom	6	4	2
	2	Sports in the United States of America	6	4	2
	3	Sports in Moldova	5	4	1
	4	Winter Sports	6	4	2
	5	Track-and-Field Athletics	3	2	1
	6	Wrestling. Andrei Doga	3	2	1
	7	Gymnastics	4	2	2
	8	Swimming	4	2	2
	9	From the History of Fitness	6	4	2
	10	Fitness - a Healthy Lifestyle	6	4	2
	11	Aerobics versus weightlifting	6	4	2
	12	Recovering after Physical Exercises	6	4	2
	13	Prevention of sports injuries	4	2	2
	14	Physical activity and our health	6	4	2
	15	Health and fitness trends	6	4	2
	16	Trim your waistline, improve your health	6	4	2
	17	Physical fitness and its benefits	5	4	1
	18	Revision	2	2	-
	19	Final Test	2	2	-
	Total		120	60	30 ore+ lectura individuală ală 30 ore
<p align="center">Strategii de predare & învățare în cadrul</p>	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p align="center">Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. In</p>				

cursului/modulului	funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului II. Conținutul examenului prevede:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului. • Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu. • Conversația pe o temă studiată. • Traducerea lexicului de specialitate. 	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chele P. How to Eat, Move and be Healthy (a guide). 2. Denisova,G., Drozd, A., Romanovich, R. 2011. Tourism Terminology in Social, Linguistic and Translation Contexts. 3. Henrichs-Kleinen E. Gramatica limbii engleze, București: Editura Niculescu, 2003. 4. Keep the spirit Alive. International Olympic Academy, 2003 5. Leonard I. L. An introduction to tourism. Oxford Press. 6. Melenciu D., Onofreiciuc E. English for High School. Chișinău, 2000. 7. Nedelcu C., Murar I., Bantaș A., Dicționar roman-englez, București; Teora, 2001. 8. Oxford Advanced Learners Dictionary, 2005. 9. Stundevern J. Sport tourism. Oxford Press. 10. The USA: Geography, History, Education (a reader). Moscova: List, 1999. 11.Галицынский Ю. Грамматика английского языка (сборник упражнений). Санкт-Петербург: КАРО, 2006. 12. Degtiariova P.F. English, 1989. 13. Парахина А.В., Тылкина А.В. Учебник английского языка. Москва, Высшая школа, 1982.. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE</i>					
Denumirea cursului		Cultura comunicării și limbajul de specialitate					
Titularul cursului		Luca Aliona					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G.02.O. 12	Anul	I	Semestrul	I I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L - lecții practice, LI - lucru individual, P-prelegeri)</i>					
		Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	-	30	60	
Notă de prezentare	<p>Disciplina de studii „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” este parte componentă a planului de învățământ pentru ciclul I – studii superioare de licență, în domeniul de formare profesională 1000 Științe ale sportului, specialitatea 1000.3 Fitness și programe de recreare, ce se realizează în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Ea este încadrată în sistemul disciplinelor de creare a abilităților și competențelor generale și este orientată spre formarea cunoștințelor și priceperilor de organizare a procesului de comunicare și, în mod deosebit, spre însușirea și aplicarea terminologiei de specialitate, în vederea stabilirii relațiilor interpersonale și a obținerii succesului în activitatea profesională ulterioară.</p> <p><i>Obiectivele</i> principale ale cursului vizează:</p> <ul style="list-style-type: none">- însușirea tehnicilor de comunicare profesională în domeniul educației fizice și sportului, în general, și al fitnessului și programelor de recreare, în special;- asimilarea și aplicarea strategiilor de comunicare cu fiecare subiect implicat în procesul educațional, cu specialistul din domeniu, la nivelul comunicării interpersonale, de grup și publice;- însușirea cunoștințelor și deprinderilor elementare în ceea ce privește documentarea metodico-științifică și informațională pentru asimilarea specialității alocate;- dezvoltarea gândirii creative, formarea deprinderilor de organizare și desfășurare a cercetărilor științifice în domeniu. <p>În vederea realizării obiectivelor formulate, sunt aplicate activități de predare-</p>						

	<p>învățare-evaluare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile didactice ale disciplinei sunt racordate la obiectivele-cadru și de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare au menirea să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, de formare a competențelor și de aplicare - integrare a acestora în activitatea profesională.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate”, la programul de studii „Fitness și programe de recreare”, este predată în anul I, semestrul II. Curriculumul este elaborat în consonanță cu acumulările în cunoașterea științifică a domeniului, având la bază sistemul de credite transferabile. Numărul total de ore afectate cursului este de 120, inclusiv: 60 de ore – contact direct, 60 de ore – studiu individual (4 credite).</p> <p>În acest mod, curriculumul la disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” constituie un reper teoretic și practic util, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessului.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Studierea disciplinei „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” asigură formarea competențelor transversale și profesionale, prevăzute în planul de învățământ pentru specialitatea respectivă. Competențele transversale vizează, în special, dezvoltarea personală și profesională; interacțiunea socială. Ele includ: competențe de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, în procesul de colaborare a specialiștilor din domeniul fitnessului și programelor de recreare, al educației fizice și sportului, precum și al disciplinelor conexe; capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității culturale în activitatea profesională; leadership. Competențele profesionale sunt cele de cunoaștere, înțelegere și utilizare a limbajului specific domeniului: inițierea în terminologia de specialitate a educației fizice, în general, și a fitnessului, în mod particular, în vederea utilizării ei adecvate în comunicarea profesională.</p> <p>Competențele generale și specifice formate în cadrul disciplinei sunt:</p> <p align="center">Competențele generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe de comunicare interpersonală, publică și socioprofesională, a celor de susținere a unor discuții și dezbateri în diverse contexte de comunicare; - utilizarea limbajului verbal (oral și scris) în alcătuirea de mesaje logice, coerente, corecte, pentru realizarea obiectivelor comunicării; - asimilarea și aplicarea celor mai eficiente strategii de comunicare și de ascultare în activitatea profesională; - capacitatea de gândire critică, de percepere, analiză și sinteză a informațiilor etc. <p align="center">Competențele specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea și aplicarea mijloacelor eficiente de comunicare în domeniul profesional; - utilizarea corectă a terminologiei educației fizice și sportului în activitatea profesională; - capacitatea de selectare și utilizare a literaturii științifico-metodice și a altor surse de informații necesare pentru realizarea activității profesionale a instructorului de fitness etc.
<p align="center">Finalități și performanțe la</p>	<p>Finalitățile de studiu se realizează prin valorificarea conținutului modulelor unității de curs, prin utilizarea optimă a tehnologiilor didactice, prin aplicarea eficientă a activităților de predare-învățare-evaluare și a celor de cercetare. Ele sunt corelate optim cu cele stipulate în planul de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea abilităților de cunoaștere, înțelegere, aplicare, analiză, sinteză, evaluare în activitatea profesională; - comunicarea eficientă, aplicând cunoștințele din domeniul culturii comunicării și folosind terminologia de specialitate în limba română. <p>Finalitățile specifice ale disciplinei La sfârșitul studierii disciplinei, studenții vor fi capabili:</p> <p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p>

curs/modul	<ul style="list-style-type: none"> - să reproducă conceptele de bază ale culturii comunicării; - să identifice problematica, teoriile, principiile comunicării; - să determine tendințele și perspectivele culturii comunicării; - să identifice aspectele teoretice ale comunicării; - să asimileze terminologia de specialitate; - să cunoască tipologia greșelilor de stil; - să însușească principiile de elaborare a actelor oficiale. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sferile de comunicare profesională; - să obțină competențele de comunicare scrisă necesare în activitatea profesională; - să asimileze normele de logică, de limbă, de etică ale comunicării; - să determine dificultățile, barierele și blocajele comunicării; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea profesională. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede abilități de ascultare și înțelegere a mesajelor altor persoane; - să stabilească relațiile optime cu partenerii în comunicare; - să evite și să soluționeze diferite conflicte de comunicare; - să respecte normele de logică și de limbă în elaborarea mesajelor scrise și orale; - să respecte normele de etică, să țină cont de aspectele psihologice în comunicare; - să creeze texte coerente cu tematică profesională, în diverse stiluri; - să elaboreze texte oficiale, în special cu caracter de specialitate; - să se exprime corect, fluent, elocvent; - să utilizeze corect terminologia de specialitate în activitatea profesională; - să conștientizeze importanța însușirii culturii comunicării și a limbajului de specialitate pentru activitatea ulterioară în domeniul fitnessului și programelor de recreare.
-------------------	---

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. crit.	Conținuturile unității de curs/modul	Nr. de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Comunicarea interumană. Teorii și principii. Limbajele. Tipuri și clasificări. Funcțiile limbajului. Caracteristicile limbajului specializat în sfera educației fizice și sportului.	10	4	2	4
2	Stilul individual al comunicării orale. Calitățile generale și particulare ale stilului. Tipologia greșelilor de stil individual.	10	4	2	4	
3	Normele de etică ale comunicării orale.	8	2	2	4	
4	Normele de logică ale comunicării orale.	8	2	2	4	
5	Normele de limbă ale comunicării orale.	8	2	2	4	
6	Aspecte psihologice ale comunicării.	8	2	2	4	
7	Conflicte de comunicare. Dificultățile, barierele și blocajele comunicării.	4	-	2	2	
8	Specificul comunicării în activitatea instructorului de fitness.	4	-	2	2	
9	Comunicarea în scris. Textul coerent – o formă a comunicării în scris. Stilurile funcționale ale limbii.	8	2	1	5	
10	Noțiunea de lexicografie. Tipuri de dicționare. Dicționarele terminologice în domeniul educației fizice și sportului	4	1	1	2	

	11	Cazuri dificile de vocabular. Sinonime. Omonime. Antonime. Paronime.	4	1	1	2
	12	Tipologia discursului. Elaborarea și prezentarea unui discurs	10	2	2	6
	13	Textul oficial. Trăsăturile caracteristice și structura generală a textului oficial. Clasificarea documentelor oficiale.	4	1	1	2
	14	Acte oficiale generale. Forma grafică și estetică a actelor oficiale. Cererea personală și cererea oficială.	6	1	1	4
	15	Modele de acte oficiale: documentele organizatorico-administrative, documentele de dispoziție, actele informative, actele doveditoare.	10	2	1	7
	16	Actele privind personalul. Fișa personală. Autobiografia. Curriculum vitae. Referința. Recomandarea.	6	2	2	2
	17	Correspondența oficială. Lucrări de corespondență neoficială și alte mesaje.	6	2	2	2
	18	Evaluare finală. Lecție de totalizare	2	-	2	-
	Total		120	30	30	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategiile didactice aplicate în cadrul lecțiilor presupun atât metode de transmitere a cunoștințelor, cât și de identificare a lor (exerciții de însușire a lexicului, analiza unor texte, articole de specialitate, efectuarea testelor de evaluare formativă, sumativă etc.), folosirea unor metode activ-participative (conversația, descoperirea, simularea, modelarea, diverse situații-problemă etc.). Metodele aplicate (de ex. brainstormig-ul, Sinelg-ul, Turul galeriei, Mozaicul) au menirea de a soluționa adecvat noile situații de învățare. Formarea abilităților de comunicare orală și scrisă - obiectivul major de predare/învățare a disciplinei - se realizează în baza deprinderilor de integrare, prin elaborarea diferitor tipuri de mesaje orale și scrise (reportaj de la o competiție sportivă, interviu cu o personalitate ilustră din domeniul sportului, discurs la o temă de specialitate aleasă, portofoliu cu acte oficiale perfectate conform modelelor studiate etc.), care presupun aplicarea și integrarea tuturor competențelor formate în cadrul orelor de curs, la nivel de cunoaștere, de aplicare și de integrare. Însușirea terminologiei de specialitate se realizează sistematic, în baza analizei textelor selectate din literatura științifică și beletristică, a articolelor din presa periodică de specialitate și a exercițiilor, ce sunt efectuate în cadrul tuturor orelor de cultura comunicării și limbajul de specialitate. Formele de activitate (frontală, individuală, în perechi, în grup) sunt aplicate în funcție de obiectivele urmărite la predarea fiecărui modul/ subiect. Conținutul textelor, al exercițiilor și actelor oficiale studiate are un caracter diferențiat, în funcție de specializarea studenților cărora le este predat cursul, fiind revizuit, adaptat și actualizat în permanentă.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea studenților are loc prin:</p> <p>a) <i>Testare inițială</i>: diagnosticarea, la începutul semestrului I, a nivelului de posedare a limbii române;</p> <p>b) <i>Evaluarea curentă</i>: teste în scris; lucrări de control; integrarea lexicului asimilat în texte proprii, portofoliu;</p> <p>c) <i>Evaluarea finală</i>: examen la sfârșitul sem. I.</p> <p>La aprecierea cunoștințelor se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de competențele creative ale studentului (30%). Evaluarea curentă are un caracter formativ și ajută la depistarea deficiențelor de asimilare, aplicare și integrare a cunoștințelor studenților, în vederea proiectării activităților ulterioare.</p> <p>Evaluarea competențelor studenților se efectuează prin testare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitor tipuri de teste, iar evaluarea finală presupune susținerea unui examen.</p> <p>Testele de evaluare formativă și sumativă se propun după asimilarea anumitor</p>					

	<p>module din materia predată (în decursul și la sfârșitul semestrului).</p> <p>Nota finală este alcătuită din cumularea notei curente și pentru lucrul individual $\times 0,6$ și a celei obținute la examenul de sfârșit de semestru $\times 0,4$.</p> <p>Conținutul examenului</p> <p>Evaluarea finală (examen) include 3 tipuri de subiecte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Întrebări privind aspectele esențiale ale culturii comunicării. 2. Redactarea și precizarea greșelilor de stil dintr-un text scurt propus. 3. Elaborarea unui text în stil oficial-administrativ sau publicistic. 	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota pentru evaluarea curentă	30%
	Nota pentru lucrul individual	30%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Luca A. Cultura comunicării și limbajul de specialitate. Note de curs pentru studenții Facultăților de Sport și de Pedagogie (pentru uzul studenților). [on-line]. Chișinău, 2013, 96 p. Disponibil: https://moodle.usefs.md/pluginfile.php/17180/mod_resource/content/1/note%20de%20curs%20EFS.pdf 2. Bahnaru V., Druță I., Verebceanu G., Vieru L., Vlas M., Vulpe A. Ghid de exprimare corectă [on-line]. Chișinău: Ed. Profesional Service, 2014. 131 p. Disponibil: http://www.cca.md/files/ghid_de_exprimare_corecta_2014_6154042.pdf 3. Bănciulescu V. Jocurile Olimpice de-a lungul anilor. București: Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport. 1964 4. Bonifaciu S. Sportul în literatură. Antologie. București: Sport-Turism, 1990. 5. Cantemir G., Timciuc S. Cultura vorbirii. O carte care te învață să vorbești și să scrii corect. Ediția a doua, revăzută și adăugită. Chișinău: Ed. Arc, 2017. 116 p. 6. Carnegie D. Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți influent, București: Editura Curtea Veche, 1997. 7. Druță Inga. Magia cuvântului. Ediția a II-a [on-line]. Chișinău: Centrul Național de Terminologie, 2012. 123 p. Disponibil: http://cnt.md/media/files/files/magia_2012_def_3484859.pdf 8. Guțu V. Dicționar al greșelilor de limbă, Chișinău: Editura ART, 2001. 9. Irimia D. Structura stilistică a limbii române contemporane, București: Editura Științifică și Enciclopedică, 1986. 10. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București: Editura Humanitas, 1999. 11. Mucchielli A. Arta de a influența, Iași: Editura Polirom, 2002. 12. Palii A. Cultura comunicării, Chișinău: Editura Epigraf, 2005. 13. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași: Editura Polirom, 2004. 14. Rădulescu I.Ș. Să vorbim, să scriem corect. Erori frecvente în limbajul cotidian, București: Editura Niculescu, 2002. <p>Dicționare și enciclopedii:</p> <ol style="list-style-type: none"> 15. Alexe N. (coord.). Terminologia educației fizice și sportului. București: Editura Stadion, 1974. 432 p. 16. Dicționar explicativ al limbii române. Ediția II. București: Univers Enciclopedic, 1998. 17. Grimalschi T. (coord.). Dicționar sportiv școlar. Chișinău: Editura Lumina, 1993. 144 p. 18. Palii A. Dicționar de dificultăți și surprize ale limbii române. Chișinău: Ed. Epigraf, 2008. 248 p. 19. Sporturile. Enciclopedie pentru tineri. Trad. Pavelescu M.-D. București, 2001. 20. Stroescu A., Podlaha R., Terminologia gimnasticii, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1974, 1994. <p>Alte tipuri de dicționare.</p>	



tel.: 022 49-40-81
Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘACURSULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Bazele teoretice ale fitness-ului					
Titularul cursului		Rîșneac Evelina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.02.O.13	Anul	I	Semestrul	I I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		120	
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C–curs, S–seminar, L–lucrări practice, LI - lucrul individual, P–prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	15	15	60	
Nota de prezentare	<p>La etapa actuală, fitness-ul în întregime, poate fi determinat ca un sistem de exerciții fizice cu caracter recreativ, care este acordat la starea individuală a sferei psihofizice umane, precizia motivațională a lui și cointeresarea personală. Prin urmare, fitness-ul este necesar în pregătirea specialistului de categorie înaltă în domeniul culturii fizice recreative, care trebuie să cunoască diversitatea sistemelor de fitness, aplicate pentru un contingent diferit de practicanți, formele de organizare și metodele desfășurării fitness-antrenamentelor, precum și problemele medico-biologice, atât propriu omului, cât și exercițiilor fizice executate.</p> <p>Programa cursului actual o constituie patru teme, desfășurate în semestrul 2 cu studenții anului 1 de studii. În totalitate, cursul cuprinde compartimente de bază ale științei teoretice și metodicii culturii fizice recreative cu orientarea spre activitatea profesională a fitness-antrenorului.</p> <p>Studiul disciplinei „Bazele teoretice ale fitness-ului” este axat pe obiective concrete, iar învățarea este centrată pe cele trei dimensiuni pedagogice: cunoștințe, calități și capacități, atitudini necesare în pregătirea profesională a studentului facultății de pedagogie.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Să însușească bazele teoretice și metodologice de predare-învățare-evaluare a gimnasticii ca disciplină de învățământ obligatoriu.• Să însușească și să utilizeze de comunicare didactică, de organizare a colectivului, metodele/procedeele de instruire calitativă și mijloacele de instruire ale						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>procesului didactic;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor acțiunilor motrice etc.); • Să elaboreze și să realizeze proiectarea activității didactice adecvată la nivel calitativ al procesului de instruire, privind creșterii în continuitate a mobilității articulației, forței musculare, coordonării îmbinate cu procedee de realizare pentru corectarea posturii și aprovizionarea cu energie a corpului uman; • Să elaboreze, să aplice și să autoevalueze diverse modele de activități didactice la nivel formativ-creativ; • Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului instructiv-educativ; • Formarea/cultivarea atitudinilor, calităților intelectuale, morale, volitive și estetice; • Realizarea trăsăturilor de caracter pozitiv: curajul, consecvența, atenția, disciplina, responsabilitatea; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>În legătura cu cele expuse mai sus, predarea disciplinei <i>bazele teoretice ale fitness-ului</i> vizează realizarea următoarelor <i>competențe cheie</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor cu privire la legitățile fundamentale ale culturii fizice recreative, ce se referă la activitatea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului. • Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul de fitness-antrenament sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologiei pedagogice și tehnicii instructive. • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de fitness-antrenament.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <p>A. Cunoaștere</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să identifice bazele teoretice și metodologice ale sistemului disciplinei de orientare spre specializare; - Să definească conceptele cheie, noțiunile de bază ale disciplinei „Bazele teoretice ale fitness-ului”; - Să identifice problemele fundamentale ce apar în cadrul instruirii disciplinei „Bazele teoretice ale fitness-ului”; - Să identifice tendințele în dezvoltarea teoriei și practicii educaționale; - Să cunoască și să explice cele mai importante metodologii de învățare a tehnicii exercițiilor cu diverse mijloace ale culturii fizice recreative. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>B. Aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să analizeze și să generalizeze fenomenele ale instruirii teorie fitness-ului; - Să stabilească interferențe între fenomenele educaționale și ale fitness-ului; - Să redefinească și să deducă concepția de instruire, noțiunile de bază ale științei bazelor teoretice ale ale culturii fizice recreative; - Să aplice cunoștințele în practică; - Să propună exerciții noi cu mijloacele respective ale culturii fizice recreative. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>C. Integrare</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să elaboreze proiecte didactice de activitate în cadrul procesului instructiv-educativ; - Să contureze o imagine integrată asupra problemei metodicii de instruire; - Să analizeze relația dintre teoria instruirii și dificultățile procesului de instruire și psihologice ale fitness-ului; - Să propună modalități de învățare a exercițiilor cu diverse mijloace ale fitness-ului.
	<p>Numărul de ore</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminare	L/P	LI
1	Obiectul, obiectivele și structura culturii fizice de fortificare.	4	2			2
2	Noțiunea fitness-ului.	2	2			
3	Caracteristica tipurilor de fitness: general, fizic. Sportiv-de fortificare;	4	2			2
4	Bazele metodologice ale culturii fizice de fortificare	2				2
5	Problemele sănătății	5	3			2
6	Hipodinamia și hipochinezi: noțiune, caracteristică, și urmări	4	2			2
7	Regimurile motrice de bază: de fortificare, de antrenament, de menținere a longevității sportive, de reabilitare;	6	2	2		2
8	Efectul de recuperare al antrenamentului fizic	4	2			2
9	Bazele elaborării antrenamentului de fortificare	5			3	2
10	Particularitățile morfo-funcționale ale influenței diverse a exercițiilor: exerciții de întindere, de forță, aerobe, de tip mixt.	4	2			2
11	Mijloacele fitness-ului: de bază, auxiliare	6	2	2		2
12	Clasificarea și caracteristica lor	2	2			
13	Efectele și clasificarea exercițiilor fizice	4			2	4
14	Caracteristica mijloacelor cu orientare special de recuperare	8				8
15	Conținutul și particularitățile sistemelor de cultură fizică de fortificare	8				8
16	Metodele culturii fizice de fortificare; specifice și generale.	6				6
17	Metodele analizei, sintezei teoretice și cercetării pedagogice	4			2	2
18	Noțiunea, tipurile și caracteristica experimentului pedagogic;	2				2
19	Metodele statistico-matematice pentru prelucrarea datelor obținute	2		2		
20	Metodele controlului stării fizice în sistemul lecțiilor de fitness.	6	2	2		2
21	Cultura fizică recreativă ca parte a culturii fizice și a culturii generale	2				2
22	Cultura fizică recreativă și modul sănătos de viață	4	2	2		
23	Condițiile psihofizice ale omului sănătos	4			2	2
24	Activitatea motrică ca bază biologică a activității de viață.	4	2	2		
25	Principiile elaborării cercetărilor în sistemul lecțiilor de fitness	4			2	2
26	Cercetarea personalității practicantului de fitness	8	3	3	2	
27	Cercetarea proceselor psihice. Cercetarea proceselor psihomotrice	4			2	2
Total		120	30	15	15	60

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecții practice și individuale. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Strategiile de evaluare reprezintă modalitățile sau tipurile specifice de integrare a operațiilor de măsurare-apreciere-decizie în activitatea didactică educativă, integrare realizabilă la diferite intervale de timp (scurt, mediu, lung) și în sensul îndeplinirii unei funcții pedagogice specifice.</p> <p>În teoria și practica educațională se disting trei strategii de evaluare :</p> <ul style="list-style-type: none"> · evaluarea inițială/predictivă; · evaluarea continuă /formativă ; · evaluarea sumativă/finală. <p>Analiza și aprecierea rezultatelor activității de învățare se exprimă prin realizarea integrală a sarcinilor definite la nivelul competențelor – cheie, specifice și operaționale proiectate de către profesor la diferite perioade și intervale de timp. Strategiile de evaluare a nivelului de pregătire profesională se prezintă sub forma unor modele de verificare a rezultatelor obținute, capabile să pună în evidență performanțele atinse de către studenți.</p> <p>Profesorul responsabil de curs își va determina obiectivul curent de evaluare și va identifica itemii oportuni pentru testarea competențelor inițiale, formative și sumativă.</p> <p>Evaluarea reprezintă totalitatea activităților prin care se colectează, organizează și interpretează datele obținute în urma unor tehnici, metode și instrumente de măsurare și apreciere a rezultatelor activității de învățare, elaborate în conformitate cu obiectivele operaționale și tipul evaluării în funcție de conținutul tematic.</p> <p>La cursul de „<i>Bazele teoretice ale fitness-ului</i>” pot fi evaluate:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoștințe – pregătirea teoretică. 2. Calități și capacități – pregătirea profesională pedagogică. 3. Atitudini – verificarea parametrilor comportamentali și afectiv-atitudinali. <p>Se prezintă portofoliul cu teme studiate în activitatea independentă</p>	
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Agadjanean N. A., Șabatura N. N. <i>Bioritmuri, sport, sănătate</i>. Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1989. 208 p. 2. Alter Dj. <i>Știința flexibilității</i>. - Kiev, Edit. Literatura olimpică, 2001. 424 p. 3. Aleakrinskii B. S. <i>Ritmurile biologice și organizarea vieții omului în cosmos</i>. Moscova: Edit. Știința, 1983. 248 p. 4. Amosov N. M., Bendet IA. A. <i>Activitatea fizică și inima</i>. Kiev, Edit. Sănătatea, 1984, 230 p. 5. Amosov N. M., Muravov I. V. <i>Inima și exercițiile fizice</i>. - a 2-a ediție, revizuită și adăugată - Kiev, Edit. Sănătatea, 1985. 80 p. 6. Așmarin B. A., (red.). <i>Teoria și metodică educației fizice</i>. Moscova, Culturafizică și sport, 1990. p. 180-195. 	

7. Balisevici V. K. *Ontokinezeologia omului*. Moscova, Teoria și practica culturii fizice, 2000. 274 p.
8. Bulatova M. M., Usaceov Iu. A. *Tehnologii moderne ale culturii fizice de tonifiere în educația fizică*. Kiev, Edit. Literatura olimpică, 2003. T. 2. p. 342-378.
9. Bulatova M. M., Lineț M. M., Platonov V. N. *Dezvoltarea calităților fizice*. Kiev, Edit. Literatura olimpică, 2003. p. 189-322.
10. Bulici A. G., Muravov Ip. V. *Sănătatea omului: Principiul biologic al activității zilnice și activitatea motorie în stimularea ei*. Kiev, Edit. Literatura olimpică, 2003, 424 p.
11. Ceaikovskii A. M., Șenkman S. B. *Știința de a fi sănătos*. Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1987. 96 p.
12. Cooper K. *Aerobica nouă*: Trad. Din engl. - Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1979. 125 p.
13. Cooper K. *Aerobica pentru o dispoziție bună*: Trad. Din engl. - Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1987. 192 p.
14. Cooper K. *Aerobica pentru o dispoziție bună*: Trad. Din engl. - a 2-a ed. adăug. și prel. - Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1989. 224 p.
15. Cooper K. *Aerobica pentru o dispoziție bună*: Trad. Din engl. - Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1987. 192 p.
16. Cooper K. *Aerobica pentru o dispoziție bună*: Trad. Din engl. - a 2-a ed. adăug. și prel. - Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1989. 224 p.
17. Dercaci A. A., Isaev A. A. *Calificarea pedagogică a antrenorului*, Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1981. - 375 p.
18. Djani Dj. (ed.). *Constituția ideală*/ Moscova, Rev. Cunoștințele, 1990. № 4. p. 3-102.
19. Dineika K. *Mișcarea, respirația, antrenamentul psiho-fizic*. Minsk, Edit. Polâmea, 1982. p. 9-88.
20. Doskin V. A. Lavrienteva N. A. *Ritmurile vieții*, Moscova, Edit. Medicina. 1991, 176 p.
21. Dubrovskii V. I. *Reabilitarea în sport*. Moscova, Edit. Cultura fizică și sport, 1991, 208 p.
22. Dușanin S. A., Ivașenco L. Ia., Pirogov E. A. *Programe de antrenament pentru sănătate*. Kiev: Sănătatea, 1985. 32 p.
23. Enoka R. M. *Bazele kineziologiei*/ Trad. din engl. G. Goncareno. — Kiev: Literatura olimpică, 2000. - 400 p.
24. Fomicenko T. G. *Pregătirea de forță și tehnică a înotătorilor pe diferite grupe de vârstă*. - Moscova, Edit. Fon, 1998. - 254 p.
25. Furmanov A. G., Krivțun-Levșina L. N. *Cultura fizică de tonifiere: concept, structură II Problemele de tonifiere a populației prin intermediul mijloacelor culturii fizice în noile condiții social-economice*: Minsk., 1996. — P. 27.
26. Furmanov A. G., Iuspa, M. B. *Cultura fizică de tonifiere*. - Manual pentru studenți. - Minsk, Edit. Tesei, 2003. 528 p.
27. Godin M. A., Baramidze A. M., Kiseleva T. G. *Stretching, Mobilitatea, elasticitatea*. - Moscova, Edit. Sportul sovietic, 1991. - 96 p.
28. Grinenco M. F., *Calea spre sănătate*. - Moscova, Cultura fizică și sport, 1978, 144 p.
29. Gutiko I. P., Socolov V. A. Zabarovskii K. K. *Abecedarul sănătății*. Minsk., 1988. p. 154-157.
30. Hulodov J. K., Kuznețov V. S. *Teoria și metodica educației fizice și sportului*. Manual pentru studenții de învățământ superior. - a 2-a ed. corectată și adăugată - Moscova, Edit. „Akademia”, 2003. 480 p.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024

www.usefs.md

tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09

E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Fitness-aerobica					
Titularul cursului		Craijdan Olga					
Ciclu (L-licență)	L	Codul cursului	S.02.O.14	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L/P-laborator/ practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	15	-	60	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Fitness-aerobica” este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în fitness-aerobică capabili de a utiliza diverse elemente, pași, programe, regulile descrierii exercițiilor aerobicii, operarea cu terminologia sportivă a aerobicii, în cadrul activităților de fitness-aerobică, desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului fitnessului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul științelor sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea fitness-aerobicii, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de fitness-aerobică;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-</p>						

	<p>cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat la fitness-aerobică, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessului și a programelor de recreare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice cu privire la legitățile principale ale organizării lecției de fitness-antrenament la aerobică, ce se referă la activitatea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de desfășurare, dirijarea și coordonare a fitness-aerobicii; • Utilizarea diverselor metodologii de pregătire cu divers scop la „fitness-aerobică” pentru instruirea viitorilor specialiști în domeniul fitnessului; • Proiectarea unor antrenamente de fortificare bazate pe utilizarea metodelor inovatoare apărute în domeniul diverselor programe noi a fitness-aerobicii; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament la fitness la aerobică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului de fitness-aerobică în corespundere cu programul practicat; • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul fitness-aerobicii; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a viitorului specialist în domeniu în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește centrele și fitness-cluburi unde este practică fitness-aerobică.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunile principale ale disciplinei fitness-aerobică (direcțiile de bază ale fitness-aerobicii; probele și varietățile fitness-aerobicii; efectul de fortificare al lecțiilor de fitness-aerobică; educația ritmică muzicală în procesul pregătirii antrenorilor de fitness-aerobică (simțul ritmului, coordonarea complexă, tempoul, muzica); - să identifice structura și conținutul lecției de fitness-aerobică, efortul și parametrii lui în timpul executării acțiunilor motrice de fitness-aerobică: intensitatea, volumul, mărimea; - să caracterizeze conținutul coregrafiei în fitness-aerobică; specificul alcătuirii compozițiilor muzicale în fitness-aerobică; - să identifice caracteristica mijloacelor gimnasticii aerobice: muzica, dansul, gimnastica; - să identifice metodele compoziționale ale construirii combinațiilor aerobe: metoda liniară, bloc, adăugării, metoda „cap - coadă”, „zig-zag”; - să clasifice pași de bază a fitness-aerobice, diversitatea lor și terminologia; - să identifice fazele de bază ale lecției de aerobică; să clasifice acțiunilor motrice de bază ale diverselor părți: pregătitoare (de încălzire), de bază (aerobe, de forță) și de încheiere (de întindere) în sistemul lecțiilor-antrenament la fitness-aerobic. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine memoria operativă sub toate forme de manifestare a ei (auditivă, vizuală, motrică, verbală) în domeniul fitness-aerobicii; ▪ să elaboreze îmbinările ritmice-coordinative, exercițiile, complexe și compozițiile de fitness-aerobică; ▪ să explice și să demonstreze tehnica corectă a executării exercițiilor de fitness-

	<p>aerobică sub acompaniamentul muzical;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în efectuarea lucrului cu utilajul și aparatele disponibile, precum și cu utilaj și aparate posibile în activitatea practică profesională în domeniul fitness-aerobicii cu ajutorul materialelor demonstrative (desene, fișe, Power Point, video). <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine pașii de fitness-aerobică în îmbinări, în complex și în compozițiile de fitness-aerobică; ▪ să elaboreze un complex de fitness-aerobica și să demonstreze prin diverse metode compoziționale de alcătuirea a combinațiilor în fitness-aerobica: metoda liniară, bloc, adăugării, metoda „cap - coadă”, „zig-zag”; ▪ să elaboreze partea pregătitoare a antrenamentului de fitness-aerobic; ▪ să explice esența formării priceperilor și deprinderilor profesionale în domeniul fitness-aerobicii orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de fitness-antrenament la aerobica. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Laborator/Practice	LI
	1	Aerobica ca o direcție a fitnessului Istoricul apariției aerobicului. Aerobica ca un mijloc de educație fizică. Programele de fitness-aerobică modernă. Muzica ca un mijloc al educației umane.	10	3	2	5
	2	Educația ritmică muzicală în procesul pregătirii antrenorilor de fitness-aerobică Bazele teoriei elementare a muzicii în activitățile motrice a specialistului de fitness-aerobica. ABC - darul muzicii: sunetul și proprietățile sunetului; Notele muzicale. Noțiuni de Ritmul, tempoul, coordonarea complexă .	44	4	18	22
	3	Conținutul coregrafiei în fitness-aerobica Conținutul coregrafiei ca școala mișcării. Pozițiile coregrafice a brațelor și a picioarelor. Pași de bază aerobe. Metodele de alcătuirea a combinațiilor în fitness-aerobică: metoda liniară, bloc, adăugării, metoda „cap - coadă”, „zig-zag”.	48	2	22	24
4	Structura și conținutul fitness-aerobicii Structura lecției de fitness-aerobică. Mijloacele de bază aplicate la lecțiile de aerobica. Efortul și modurile de reglare la lecția de aerobica de fortificare.	48	6	18	24	
Total	150	15	60	75		
<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p>						

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri, lecții practice și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Aftimiciuc, O. Educația ritmico-muzicală: Programa pentru facultatea pedagogică a INEFS. Chișinău: INEFS, 2001. 23 p. Aftimiciuc, O. Materialul practic la disciplina „Educația ritmico-muzicală” pentru facultățile de educație fizică și sport. Elaborări metodice. Chișinău: INEFS, 2001. 22 p. Aftimiciuc, O. Gimnastica ritmică și dansul: Programa pentru studenții an. 3 a INEFS. Chișinău: INEFS, 2002. 21 p. Aftimiciuc, O. Materialul practic pentru disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Chișinău: INEFS, 2002. 26 p. Aftimiciuc, O. Fitness: teoria și metodică / Olga Aftimiciuc, Marin Chirazi. Iași: PIM, 2012. 156 p. Aftimiciuc, O., Jurat, V. Aerobica. Teorie și metodică: manual. Chișinău: Valinex SRL, 2016. 298 p. Aftimiciuc, O., Aftimiciuc, V. <i>Teoria și metodologia fitnessului</i>. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p. 	

- a. Craijdan, O. Metodica folosirii aerobicii de fortificare în cadrul lecțiilor de educație fizică extracurriculare. În: Teoria și arta culturii fizice în școală. Chișinău: Editura Sirius Chișinău Republica Moldova, 2013. nr.2, p. 54-57. ISSN 1857-0615.
8. Craijdan, O. Aerobica în cadrul orelor de educație fizică: Ghid metodic pentru profesori de educație fizică. Ghid metodic pentru profesori de educație fizică /Olga Craijdan. Chișinău: Tipogr. Valinex SRL, 2016. 52 c. ISBN 978-9975-68-286-2
9. Hasband, R.W. The Effect of Musical Rhythms and Pure Rhythms on Bodily Sway // Journal of General Psychological, 1934, Nr.11.
10. Gheorghe, D. Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia. București: FRSPT, 1997, p. 10-34.
11. Jeleascov, C. Gimnastica ritmică de bază. București, 2000. 132 p.
12. Kulesar, Ș. Gimnastica aerobică. Cluj-Napoca, 2000, p. 26-45.
13. Luca, A. Gimnastica ritmică. Iași: Univ. „Al. I. Cuza”, 2000. 188 p.
14. Stoenescu, G. Curs de gimnastică aerobică. București, 1998, 186 p.
15. Vișan, A. Îndrumar Dans. București: A.N.E.F.S., 1997, p. 5-35.
16. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] О.Е.Афтимичук; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. К.: „Valinex” SRL, 2011. 310 с.
17. Губанов, В.А. Проведение занятий гимнастикой с музыкальным сопровождением: Метод. разраб. для ст-тов ГЦОЛИФКа. М., 1980. 30 с.
18. Коджаспиров, Ю.Г. Функциональная музыка в подготовке спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1987. 64 с.
19. Крючек, Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: учебно-методическое пособие. М.: ТерраСпорт, Олимпия Пресс, 2001. 64 с.
20. Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия: Пер с англ. 2-е изд. доп., перераб. М.: Физкультура и спорт, 1989. 224 с.
21. Ладыгин, Л.А. Музыкальное содержание спортивных дисциплин: Программа для ин-тов физ. культ. и ФФВ пед. вузов по муз. подгот. сп-нов. М., 1990.
22. Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. Аэробика: В 2 тт., Т. I. Теория и методика. М.: Федерация аэробики России, 2002. 232 с.
23. Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. Аэробика: В 2 тт., Т. II. Частные методики. М.: Федерация аэробики России, 2002. 216 с.
24. Руднева, С., Фиш, Э. Ритмика. Музыкальное движение. М.: Просвещение, 1972. 334 с.
25. Солодков, А.С., Сологуб, Е.Б. Физиология человека. Общая. Спортивная. Возрастная: Учебник. М.: Терра-Спорт, Олимпия Пресс, 2005. 527с.
26. Стоянов, П.Ф. Молдавский мелос и проблемы музыкального ритма. Кишинев: Штиинца, 1985. 164 с.
27. Суетина, Т.Н. Методические основы организации занятий по аэробике: Учеб.-метод. пособие. Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета, 2005. 59 с.
28. Хоули, Эдвард Т., Френкс, Б. Дон. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Пер. с англ. А.Яценко и В.Левицкого. Киев: Олимпийская литература, 2004. 375 с.
29. Шапошникова, В.И. Здоровье и музыка // Физическая культура в школе, 1997, № 1, с. 91.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAM DE RECREERE					
Denumirea cursului		Medicina sportivă, masajul și gimnastica medicală					
Titularul cursului		Misic Octavian/Tataru Angela					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O. 15	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Medicina sportivă, masajul și gimnastica medicală este recunoscută ca cea de a treia parte a medicinei, deoarece are valențe și perspective deosebite. Ea reprezintă o disciplină medicală de sine stătătoare care se ocupă cu folosirea mijloacelor și formelor de lucru din cultura fizică pentru a trata traumele și afecțiunile sistemelor: cardiovascular, respirator, digestiv, endocrin și locomotor, de asemenea pentru a preîntâmpina complicațiile ce pot surveni în urma traumelor și diverselor afecțiuni.</p> <p>Medicina sportivă, masajul și gimnastica medicală ca disciplină fundamentală se studiază în domeniul de formare profesională la ciclul I – 1000 Științe ale sportului, la specialitatea 1000.3 Fitness și programe de recreere pe un număr de 180 ore, 6 credite. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 90 ore; lucru individual 90 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 4 ore – practice.</p> <p>Studierea obiectului se finalizează cu examen. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează efectuarea evaluării curente în săptămâna a 7 – a și a evaluării finale în săptămâna a 14 – a din planul calendaristic.</p>						
Competențe	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice;• Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului;• Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului educației fizice în procesul de elaborare a diferitor tipuri de proiecte. <p>Competențe transversale:</p>						

dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform statusului; competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul educației fizice și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei Masajul și gimnastica medicală; ▪ Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ▪ De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice; ▪ Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul Masajul și gimnasticii medicale, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Aplicarea metodologiei specifice recuperării sportivilor și elevilor; ▪ Abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6
			12	2	4	6

	13.	Manevrele fundamentale și auxiliare ale masajului classic (netezirea, frecțiunea, frământatul, vibrații)	12	2	4	6
	14.	Noțiuni de bază ale masajului sportiv	12	2	4	6
	15.	Masajul sportiv și automasajul	12	2	4	6
	Total		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale masajului și a gimnasticii medicale. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol etc.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă / scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Caun E., Corman M., Pogorlețchi A. Recuperarea bolnavilor respiratori - Recomandări metodice către lucrări practice (pentru studenții facultății de Kinetoterapie). Chișinău, 2012, „Elan Poligraf”, 136 p. ISBN 978-9975-66-283-3.</p> <p>2. Corman M. V., Zavalîșca A. A., Pogorlețchi A. N Actualitatea problematicei obezității la copii de vîrstă școlară mică. Materialele Congresului Internațional Sport. Olimpism. Sănătate Ediția a II, Chișinău, 26 – 28. octombrie 2017.</p> <p>3. Caun E. Gimnastica medicală în ortopedie Masaj (note de curs), Editura U.S.E.F.S.</p> <p>4. Dragan I., Medicina sportivă, ed. Medicală, București, 2002.</p> <p>5. Godorozea M., Pogorlețchi A., Agapii E., Roșca V., Masajul terapeutic. Ghid metodic pentru lucrări practice pentru studenții facultății de Kinetoterapie. Chișinău, 2018 (Tipografia Vite-Jesc SRL) – Chișinău, 2012 , 282 p.</p> <p>6. Ionescu A., Medicina sportivă. Performanță și sănătate, Ed. Medicală București, 2011.</p> <p>7. Jucov A., Țiganaș O., Farmochinetica și farmacodinamica substanțelor</p>					

dopante, Chișinău, USEFS, 2016, 41 p.

8. Mihailescu P.D., Refacerea în sportul de performanță, ed. Universitatea din Pitești, 2011.

9. Zavalîșca A. “Gimnastica medicală: Îndrumar instructiv pentru Instituțiile de învățământ superior de Educație Fizică, Tipografia Europress, Ediția a II-a, Chișinău 2016.

10. Попов С.Н. – Лечебная физическая культура, Москва, 2004.

11. Фокин Н. – Курс массажа, Москва, 2005.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Biomecanica					
Titularul cursului		Dorgan Viorel					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.03.O.16	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Probe Sportive Individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	16	-	30	44	
Nota de prezentare	<p>Cadrul conceptual. Cursul de biomecanică ține să familiarizeze studenții cu bazele biomecanice ale exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive în vederea utilizării eficiente a exercițiilor fizice în calitate de mijloc al educației fizice, precum și ca mijloc de sporire a măiestriei sportive.</p> <p>Sugestii metodologice. Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Bazele biomecanicii generale.2. Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <ul style="list-style-type: none">- Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală- Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive. <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de laborator.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">- Formarea unui sistem de concepte privind biomecanica exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive;- Însușirea legităților biomecanice de analiză a tehnicii și tacticii mișcărilor;- Realizarea principiilor biomecanice de modelare și optimizare a acțiunilor motrice. <p>Competențe transversale:</p>						

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> - interpretarea concepțiilor privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele vii; - definirea corpului uman ca sistem biomecanic; - determinarea caracteristicilor cinematice și dinamice ale mișcărilor omului; - identificarea biomecanică a calităților motrice; - descrierea sistemelor de mișcări și dirijarea acestora; - estimarea potențialului motric individual și de grup al oamenilor; - argumentarea biomecanică a măiestriei sportive. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La finalizarea cu succes a disciplinei formabilul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Să interpreteze concepțiile privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele ➤vii; ➤ Să definească corpul uman ca sistem biomecanic; ➤ Să determine caracteristicile cinematice și dinamice ale mișcărilor omului; ➤ Să identifice din punct de vedere biomecanic calitățile motrice; ➤ Să descrie sistemele de mișcări și dirijarea acestora; ➤ Să estimeze potențialul motric individual și de grup al oamenilor; ➤ Să argumenteze din punct de vedere biomecanic măiestria sportivă. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Obiectul de studiu și conținutul biomecanicii	10	2	4	4
	2	Corpul uman ca sistem biomecanic	12	2	4	6
	3	Caracteristicile cinematice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	4	Caracteristicile dinamice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	5	Bioenergetica acțiunilor motrice. Biomecanica calităților motrice.	12	2	4	6
	6	Sistemul de mișcări. Dirijarea sistemului de mișcări.	12	2	4	6
	7	Particularitățile individuale și de grup ale motricii omului.	8	2	2	4
8	Argumentarea biomecanică a măiestriei sportive.	12	2	4	6	
	Total	90	16	30	44	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bazele biomecanicii generale. 2. Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <p>Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală. Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive.</p> <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de laborator.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului universitar prin prisma raportului dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de învățare. Ea se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități, și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe, capacități și atitudini.</p> <p>Evaluarea va conține următoarele condiții, criterii și forme. Studentul va fi</p>					

	obligat să aibă o prezență de 70 % la curs și 80% - la lecții practice și de laborator. De asemenea se va ține cont de participarea activă la dezbaterile pe marginea tematicii de curs și la lecții practice și de laborator, realizarea unui proiect sau a unui referat la alegere. Nota finală va constitui 60% - evaluare curentă și 40 %- evaluare finală.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budescu E. Biomecanica generală. Iași, 2013. 2. Buzescu A. Anatomie și biomecanică - Ed. Bren (acreditată CNCIS), București, 2014. 3. Gavrilescu D. Noțiuni de biomecaică cu aplicație în educație fizică și sport. București, 2007 4. Ifrim M. Biomecanica generală. București, 1980. 5. S Benghe T. Kinesiologie. București, 2008. 6. Freivalds A. Biomechanics of the upper limbs: mechanics, modeling, and musculoskeletal injuries. London, 2004 7. Донской Д. Биомеханика. Москва, 1975. 8. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. Москва, 1979. 9. Дубровский В., Федорова В. Биомеханика. Учебник для вузов. Москва, 2008. 10. Зациорский В. Биомеханика двигательного аппарата человека. Москва, 1981. 11. Коренберг В. Основы качественного биомеханического анализа. Москва, 1979. 12. Коренберг В. Лекции по спортивной биомеханике. Москва, 2011. 13. Лапутин А. Обучение спортивным движениям. Киев, 1986. 14. Сотцкий Н., Киселёв В. Практикум по биомеханике. Минск, 1997. 15. Сотцкий Н. Биомеханика. Минск, 2005. 16. Темерева В. Е., Шульгин Г. Биомеханика двигательной деятельности (Лабораторные задания) Практикум по дисциплине. Малаховка, 2018. 17. Уткин В. Биомеханика физических упражнений. Москва, 1989. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Psihologia generală					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/Razmireț Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O.17	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii <i>Psihologia generală</i> este parte componentă a Științelor Psihopedagogice și Socioumaniste prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul vizat în aspect cognitiv, formativ, aplicativ și integrativ la programele de studiu vizate.</p> <p>Contextul învățământului actual, mobil, flexibil cu disponibilități multiple de modificare și reglare funcțională, de adaptare la condițiile schimbătoare ale realității, obligă pregătirea în cadrul instituției a unei personalități complexe, cu spirit de inițiativă, abile de a aplica cunoștințele obținute și a integra eficient în activitatea profesională.</p> <p>Schema logică a conținuturilor la <i>Psihologie generală</i> conține trei componente esențiale:</p> <ol style="list-style-type: none">1. O componentă generală, abstractă, introductivă, în care se prezintă aspectele metodologice, epistemologice, filosofice și semantice ale psihologiei ca știință.2. O componentă analitică, întemeiată pe operațiile de descompunere și delimitare a sistemului psihic în procese și funcții individuale specifice, precum și pe analiza acestor funcții și procese psihice, din punctul de vedere al conținutului, al mecanismelor de realizare și al rolului pe care îl joacă în ansamblul sistemului psihocomportamental.3. O componentă logic concretă (integrativă), prin care se face restabilirea tabloului inițial al vieții psihice în diversitatea și specificitatea determinărilor sale interne de structură și funcționare. Această porțiune va sta sub egida unui concept nou, cu valoare integrativă supraordonată, conceptul de personalitate. Acest concept circumscrie conținutul tuturor celorlalte noțiuni din psihologie, inclusiv pe cea de sistem psihic.						

	<p>În mod deosebit menționăm rolul studierii psihologiei pentru studenții din cadrul programelor de studiu vizate, deoarece cunoașterea legităților dezvoltării personalității, a proceselor cognitive, particularităților comportamentale ale persoanelor constituie fundamentarea teoretică și indică căile practice de integrare profesională eficientă a viitorilor specialiști.</p> <p>Studiul fenomenelor psihologiei generale conduce la:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea cât mai adecvată a mecanismelor de declanșare, manifestare, dezvoltare a proceselor stărilor, însușirilor psihice a personalității umane. - Cunoașterea comportamentelor indivizilor în condițiile activităților profesionale. - Dobândirea de către viitorii specialiști a cunoștințelor utile pentru dezvoltarea imaginii pozitive despre sine și pentru aplicarea în întreaga activitate și viață a mecanismelor de autoreglare a stărilor psihocomportamentale.
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe acțional-strategice <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. 4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. 5. Competențe interpersonale, civice, morale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască concepte psihologice de bază și a importanței acestora pentru înțelegerea personalității și a relațiilor interpersonale. - să definească, să reproducă, conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studii (psihologia, procese psihice, procese psihice cognitive, stări psihice, însușiri psihice, personalitate, etc.); - să descrie procedeele și strategiile folosite pentru atingerea unor anumite

Finalități și performanțe la curs/modul

- scopuri educaționale;
- să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei;
 - să precizeze obiectul de studiu al psihologiei pe baza argumentelor științifice și empirice;
 - să cunoască procesele psihice pe baza algoritmului de definire, precizând: conținutul informațional, funcțiile și structurile operaționale, modalitățile subiective și comportamentale;
 - să evidențieze specificul conștiinței, particularitățile din care rezultă că ea s este factorul principal al integrării informaționale și al reglajului;
 - să utilizeze corect termenii specifici limbajului psihologic prin distingerea sensului lor de cel din limbajul comun;
 - să recunoască, în context diferite, informații de ordin psihologic;
 - să distingă elementele de unitate și diversitate psihologică a persoanelor.
- La nivelul de aplicare:**
- să stabilească rolul și importanța activității psihice în viața omului;
 - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională;
 - să aplice procedee de antrenare, stimulare și dezvoltare a percepției, memoriei, atenției, gândirii, imaginației;
 - să identifice interacțiunile dintre procesele psihice;
 - să analizeze componentele personalității și modul lor de relaționare;
 - să precizeze/analizeze interacțiunile dintre procesele psihice în conturarea sistemului de personalitate;
 - să argumenteze rolul Eu-lui ca factor integrator al personalității;
 - să stabilească raporturi între trăsăturile de personalitate și procesele psihice;
 - să utilizeze cunoștințele de psihologie în realizarea autocaracterizării și caracterizării psihologice a colegilor, prietenilor etc;
 - să realizeze analizele ale unor comportamente reale sau preluate din literatură, istorie, folosind adecvat limbajul psihologic;
 - să elaboreze sinteze tematice, evidențiind domenii de aplicație practică a psihologiei;
 - să analizeze manifestarea dimensiunilor personalității în contextul dinamicii de grup;
 - să propună ipoteze personale pentru explicarea unor fenomene psihice;
 - să emite judecăți de valoare asupra unor enunțuri cu conținut psihologic;
 - să utilizeze strategii creative pentru rezolvarea unor probleme teoretice și practice.
- La nivelul de integrare:**
- să elaboreze obiective, conținuturi, strategii didactice în realizarea cadrului profesional în conformitate cu particularitățile psihologice;
 - să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele, legitățile, particularitățile de dezvoltare.
 - să aplice secvențe din psihologie în efectuarea cercetărilor științifice în domeniul educației fizice și sportului;
 - să inițieze procese de psihodiagnostic, consiliere psihologică, psihoprofilaxie etc. în cazurile problema identificare în cadrul activității profesionale și celei sociale;
 - să realizeze convorbiri, expuneri, caracterizări de factură psihologică și să realizeze adecvat la solicitările exprimate în limbaj psihologic;
 - să manifeste receptivitate cunoașterea și comunicarea interpersonală;
 - să precizeze contribuția psihologiei în procesul educației, în general, și în procesul propriei formări, în special.

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	Seminar	LI
1	Noțiuni generale despre psihologie. Importanța studierii psihologiei în procesul de formare profesională.	6	2	1	3

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	2	Psihicul uman.	6	2	1	3
	3	Psihologia activității.	6	2	1	3
	4	Procese psihice senzoriale: Senzațiile.	6	2	1	3
	5	Procese psihice senzoriale: Percepția.	6	2	1	3
	6	Procese psihice senzoriale: Reprezentarea.	6	2	1	3
	7	Procese psihice cognitive superioare: Gândirea.	6	2	1	3
	8	Procese psihice cognitive superioare: Memoria;	6	2	1	3
	9	Procese psihice cognitive superioare: Limbajul, imaginația și creativitatea;	6	2	1	3
	10	Procese psihice afective.	6	2	1	3
	11	Procese psihice reglatorii: Voința. Motivația.	6	2	1	3
	12	Procese psihice reglatorii: Atenția.	6	2	1	3
	13	Sistemul de personalitate. Personalitatea	6	2	1	3
	14	Particularitățile psihologice ale personalității: Temperamentul.	6	2	1	3
	15	Particularitățile psihologice ale personalității: Caracterul. Aptitudinile.	6	2	1	3
	Total			90	30	15
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; Consultații în grup; Controversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară; Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acestora.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Allport G. W., Structura și dezvoltarea personalității, București, Editura Didactică și Pedagogică, 1991.</p> <p>2. Bolboceanu A., Vrînceanu M., Ghid de psihologie, Chișinău, 1996.</p> <p>3. Bonchiș, E., Secui, M., coord. – Psihologia vârstelor, Editura Universității din Oradea, 2004, p. 285</p> <p>4. Bota A., Exerciții fizice pentru o viață activă. Activități motrice pentru timp liber. București: Cartea Universitară. 2006 Ciobanu C., Psihologia educației. Chișinău. 2006.</p> <p>5. Cosmovici A., Psihologie generală. Iași: Polirom, 1996.</p> <p>6. Dumitriu C., Psihologia educației. Bacău. 2014. 120 p.</p> <p>7. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 345 p.</p> <p>8. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972.</p> <p>9. Gonciaruc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015. p. 36-41</p> <p>10. Gonciaruc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specific educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare.. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. ISBN 978-9975-68-275-6 209 pagini.</p> <p>11. Gonciaruc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46</p> <p>12. Gonciaruc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014.p. 535-540.</p> <p>13. Gonciaruc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014 p.596-603.</p> <p>14. Gonciaruc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014, p. 13-18.</p> <p>15. Gonciaruc Sv. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015, p. 36-41.</p> <p>16. Gonciaruc Sv., Leșcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Turism sportiv					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile/Borzin Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G.03.O.18	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turismul Sportiv” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">- obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul general de studiu Științe al sportului, capabili de a: organiza activități turistice cu caracter sportiv, utiliza echipamentul turistic colectiv, individual și special în cadrul activităților turistice, executa procedee tehnice în cadrul activităților turistice sportive etc.;- obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul de formare profesională Științe ale sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea aspectelor sportive ale activităților turistice și rolul lor în cadrul pregătirii sportivilor în diverse probe de sport;- obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții facultății sport din cadrul USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea și desfășurarea marșurilor turistice; • Dirijarea și coordonarea activităților pentru organizarea diferitor tipuri de turism: pedestru, montan și nautic; • Utilizarea metodologiilor de analiză a elementelor de topografie utilizate în cadrul activităților turistice; • Organizarea și desfășurarea unei întruniri turistice la alegere (tehnica turistică sau orientarea sportivă); • Susținerea și promovarea desfășurării activităților turistice în cadrul școlii și în afara ei; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera turismului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor în scopul practicării unor tipuri de turism specifice zonei geografice; • Utilizarea nodurilor turistice pe parcursul desfășurării marșului turistic pedestru și în timpul traversării etapelor tehnice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește desfășurarea activităților turistice în cadrul secțiilor și cercurilor turistice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească noțiunile principale ale turismului (turism, plimbare, călătorie, excursii, turism sportiv, marș turistic, orientare, turism pedestru, nautic și montan); • să identifice particularitățile fiecărui tip de turism (pedestru, montan și nautic); • să caracterizeze obiectivele principale ale călătoriilor și excursiilor turistice; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a călătoriilor și excursiilor turistice; • să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice; • să caracterizeze procesul de organizare a activităților turistice în școli, licee, colegii și taberele de odihnă pentru copii. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine rolul și funcțiile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice, excursiilor, călătoriilor etc; • să elaboreze un plan de pregătire și organizare a unui marș turistic de diferite categorii de complicitate; • să elaboreze un plan calendaristic de desfășurare a activităților, măsurilor și întrunirilor turistice (turiade, alpiniade, competiții); • să cunoască și să aplice procedeele tehnice și tactice în cadrul activităților turistice; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul marșurilor turistice: pedestre, montane, nautice. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice pe care le va desfășura; • să explice etapele de pregătire și desfășurare a marșurilor turistice;

	<ul style="list-style-type: none"> • să comunice și să acționeze eficient în cazurile excepționale ce pot apărea în timpul desfășurării activităților turistice (fie competiții sau marșuri turistice); • să respecte particularitățile fiecărui tip de activitate turistică (pedestru, nautic și montan). 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Turismul școlar	3	1		2
	2	Formele și conținutul lucrului turistic în școli, licee, colegii și tabere de odihnă pentru copii	4	2		2
	3	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice	4	2		2
	4	Noțiuni de topografie și cartografie	4	2		2
	5	Orientarea în contextul lumii sportive	4	2		2
	6	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.	4	2		2
	7	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii	4	2		2
	8	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	4	2		2
	9	Formele și conținutul lucrului turistic în școli, licee, colegii și tabere de odihnă pentru copii	4		2	2
	10	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice	4		2	2
	11	Utilizarea echipamentului necesar pentru desfășurarea marșurilor turistice	4		2	2
	12	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan	4		2	2
	13	Tehnica și tactica marșului turistic nautic	4		2	2
	14	Orientarea în contextul lumii sportive	4		2	2
	15	Pregătirea topografică	4		2	2
	16	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii	4		2	2
	17	Regulamentul măsurilor și întrunirilor turistice	4		2	2
	18	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	4		2	2
	19	Orientarea cu busola	4		2	2
	20	Orientarea cu harta topografică	4		2	2
	21	Semnele convenționale, lucru cu harta topografică	4		2	2
	22	Tehnica orientării sportive	5		3	2
	23	Tehnica măsurării distanțelor	4		2	2
	24	Tactica orientării sportive	4		2	2
	25	Nodurile turistice și folosirea lor	4		2	2
	26	Nodurile de asigurare	4		2	2
27	Tehnica turistică la etapele tehnice: urcări și coborâri.	4		2	2	
28	Tehnica turistică la etapele tehnice:	4		2	2	

		trecerea suspendată, corzi paralele și pendulul.				
	29	Analiza traumelor în cadrul acțiunilor turistice	4		2	2
	30	Acordarea primului ajutor medical în cadrul acțiunilor turistice.	4		2	2
	Total		120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Baculina T., Popovciuc M. Semnele convenționale pentru hărțile de orientare ISOM2000, Chișinău, 2004 Dragoi C. Turism și activități sportive în spațiul montan. București: Editura Edusoft, 2006. 276 p. Dumbravă B. Cartea munților. Și alte scrieri. Editura: România pitorească, 2015. 160 p. ISBN: 978-606-93923-0-0. Ganopolschii V. Turism și orientare sportivă. Moscova, 1987. Onoi M. Metodica pregătirii sportive în turism a copiilor de vârstă gimnazială în cadrul unui ciclu anual de antrenament. Revista științifico-metodică Teoria și Arta 					

Educației Fizice în Școală. Ediția nr.1/2009, p. 39-40.

6. Vasilachi C, Barber V. Nodurile turistice. Chișinău, 2005.

7. Бабкин А. Специальные виды туризма: учебное пособие. Издательство: Издательство "Советский Спорт", 2008. 208 с.

8. Веткин В.А. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. М.: Издательство:"Советский Спорт", 2014. 208 с. ISBN: 9785971805243.

9. Востоков И., Федотов Ю. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник для ВУЗов. Гриф УМО. Издательство: Издательство "Советский Спорт", 2008. 464 с.

10. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с.

11. Дитятев О.П. Основы техники спортивного туризма и спортивного ориентирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. Барнаул: АлтГПУ, 2015.

12. Зотова Н. Все о выживании в походе. Азбука туриста. Харьков: Издательство „Ранок”, 2010, с. 21-26.

13. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: Учебное пособие. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2009. 392 с.

14. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно–методическое пособие. 2-е изд., дополненное. М.: ФЦДЮТиК, 2006. 208 с.

15. Кудинов В.С. Учебник по технической подготовке юных спортсменнов ориентировщиков. Уроки ориентирование в школе. Волгоград, 2017.

16. Максимов Л. Спортивный горный туризм. Москва, 2011. 708 с.

17. Поликарпов В. Методическая разработка внеклассного мероприятия по курсу ОБЖ. «Школьный туристический слет».



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Atletism					
Titularul cursului		Cuptov Iurie					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.03.O.19	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	20	10	50	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “Atletism” este partea componentă a planului de învățământ al anului I, secția zi și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul fitnessului în aspect formativ, aplicativ și integrativ la facultatea de Pedagogie a USEFS.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei “Atletism” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice didactice de bază în domeniul atletismului pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniul culturii fizice recreative.</p> <p>Astfel, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și practic aplicativ eficient, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul culturii fizice recreative.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">- Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului;- Cunoașterea istoriei dezvoltării atletismului- Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice;- Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.- Instruirea tehnicii probelor de atletism.- Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului.- Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale culturii fizice recreative.						

	<p>- Formarea culturii mișcărilor conform cerințelor probelor atletice.</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>Disciplina este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul atletismului.</p> <p>Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul culturii fizice recreative.</p>																																																																																																																																																																														
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei “Atletismul”; - să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice tehnica probelor de atletism: marș sportiv; alergări; sărituri; aruncări; poliatloane; - să cunoască metodica de dezvoltare și perfecționare a calităților și capacităților motrice: forța, forța – viteza, viteza, rezistența, suplețea, îndemânarea. - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul culturii fizice recreative. <p><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe, regulamente, recomandări, folosind exercițiile de atletism în cadrul profesional din domeniu; - să explice esența și structura probelor atletice. 																																																																																																																																																																														
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="5">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>L/P</th> <th>Seminar</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>Introducere în obiect. Istoria dezvoltării atletismului.</td><td>4</td><td>2</td><td></td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>2</td><td>Bazele tehnicii marșului sportiv și alergărilor.</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td></td><td></td></tr> <tr><td>3</td><td>Bazele tehnicii aruncărilor și săriturilor.</td><td>4</td><td>2</td><td></td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>4</td><td>Organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.</td><td>4</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td></td></tr> <tr><td>5</td><td>Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.</td><td>4</td><td>2</td><td></td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>6</td><td>Instruirea tehnicii marșului sportiv</td><td>6</td><td>2</td><td>2</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>7</td><td>Instruirea tehnicii alergării de viteză</td><td>8</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>8</td><td>Instruirea tehnicii alergării de semifond - fond</td><td>4</td><td></td><td>2</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>9</td><td>Instruirea tehnicii alergării de garduri</td><td>4</td><td></td><td>2</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>10</td><td>Instruirea tehnicii de ștafetă</td><td>4</td><td></td><td>2</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>11</td><td>Instruirea tehnicii săriturii în lungime</td><td>4</td><td></td><td>2</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>12</td><td>Instruirea tehnicii săriturii în înălțime</td><td>2</td><td></td><td>2</td><td></td><td></td></tr> <tr><td>13</td><td>Instruirea tehnicii săriturii triple</td><td>4</td><td></td><td>2</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>14</td><td>Instruirea tehnicii aruncării greutății</td><td>4</td><td></td><td>2</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>15</td><td>Instruirea tehnicii aruncării discului</td><td>6</td><td></td><td>4</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>16</td><td>Instruirea tehnicii aruncării suliței</td><td>6</td><td></td><td>4</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>17</td><td>Dezvoltarea calității motrice „forța”</td><td>10</td><td>2</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>18</td><td>Dezvoltarea calității motrice „viteza”</td><td>10</td><td>2</td><td>4</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>19</td><td>Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”</td><td>8</td><td>2</td><td>4</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>20</td><td>Dezvoltarea calității motrice „rezistența”</td><td>8</td><td></td><td>4</td><td>2</td><td>2</td></tr> <tr><td>21</td><td>Dezvoltarea calității motrice „suplețea”</td><td>6</td><td></td><td>4</td><td></td><td>2</td></tr> <tr><td>22</td><td>Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”</td><td>8</td><td></td><td>4</td><td></td><td>4</td></tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td> <td>120</td> <td>20</td> <td>50</td> <td>10</td> <td>40</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore					Total	Curs	L/P	Seminar	LI	1	Introducere în obiect. Istoria dezvoltării atletismului.	4	2			2	2	Bazele tehnicii marșului sportiv și alergărilor.	2	2				3	Bazele tehnicii aruncărilor și săriturilor.	4	2			2	4	Organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.	4	2		2		5	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.	4	2			2	6	Instruirea tehnicii marșului sportiv	6	2	2		2	7	Instruirea tehnicii alergării de viteză	8	2	2	2	2	8	Instruirea tehnicii alergării de semifond - fond	4		2		2	9	Instruirea tehnicii alergării de garduri	4		2		2	10	Instruirea tehnicii de ștafetă	4		2		2	11	Instruirea tehnicii săriturii în lungime	4		2		2	12	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime	2		2			13	Instruirea tehnicii săriturii triple	4		2		2	14	Instruirea tehnicii aruncării greutății	4		2		2	15	Instruirea tehnicii aruncării discului	6		4		2	16	Instruirea tehnicii aruncării suliței	6		4		2	17	Dezvoltarea calității motrice „forța”	10	2	4	2	2	18	Dezvoltarea calității motrice „viteza”	10	2	4	2	2	19	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”	8	2	4		2	20	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”	8		4	2	2	21	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”	6		4		2	22	Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”	8		4		4	Total		120	20	50	10	40	
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																																																																																																											
		Total	Curs	L/P	Seminar	LI																																																																																																																																																																									
1	Introducere în obiect. Istoria dezvoltării atletismului.	4	2			2																																																																																																																																																																									
2	Bazele tehnicii marșului sportiv și alergărilor.	2	2																																																																																																																																																																												
3	Bazele tehnicii aruncărilor și săriturilor.	4	2			2																																																																																																																																																																									
4	Organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.	4	2		2																																																																																																																																																																										
5	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.	4	2			2																																																																																																																																																																									
6	Instruirea tehnicii marșului sportiv	6	2	2		2																																																																																																																																																																									
7	Instruirea tehnicii alergării de viteză	8	2	2	2	2																																																																																																																																																																									
8	Instruirea tehnicii alergării de semifond - fond	4		2		2																																																																																																																																																																									
9	Instruirea tehnicii alergării de garduri	4		2		2																																																																																																																																																																									
10	Instruirea tehnicii de ștafetă	4		2		2																																																																																																																																																																									
11	Instruirea tehnicii săriturii în lungime	4		2		2																																																																																																																																																																									
12	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime	2		2																																																																																																																																																																											
13	Instruirea tehnicii săriturii triple	4		2		2																																																																																																																																																																									
14	Instruirea tehnicii aruncării greutății	4		2		2																																																																																																																																																																									
15	Instruirea tehnicii aruncării discului	6		4		2																																																																																																																																																																									
16	Instruirea tehnicii aruncării suliței	6		4		2																																																																																																																																																																									
17	Dezvoltarea calității motrice „forța”	10	2	4	2	2																																																																																																																																																																									
18	Dezvoltarea calității motrice „viteza”	10	2	4	2	2																																																																																																																																																																									
19	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”	8	2	4		2																																																																																																																																																																									
20	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”	8		4	2	2																																																																																																																																																																									
21	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”	6		4		2																																																																																																																																																																									
22	Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”	8		4		4																																																																																																																																																																									
Total		120	20	50	10	40																																																																																																																																																																									

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile practice și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală Nota pentru evaluarea finală Nota evaluarea curentă Nota de la activitatea la prelegeri și seminare Nota lucrul individual	100% 40% 20% 20% 20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992. 2. Cecilia Gevat, Alin Larion „Lecții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. 3. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 4. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. 5. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989. 6. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В. Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Fitness-ul de forță					
Titularul cursului		Prodan Dumitru					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O.20	Anul	II	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, P/M- practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	Curs	Seminare	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Fitness-ul de Forță” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Fitness-ului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Disciplina Fitness – Forță, ca și celelalte discipline, are sarcina să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane. Activitățile de fitness forță reprezintă unul dintre cele mai importante și actuale aspecte care contribuie la dezvoltarea/perfecționarea calităților fizice, psiho-motrice, la formarea unor membri sănătoși ai societății.</i></p> <p>Misiunea <i>Fitness – Forță</i> ca disciplină de studiu este orientată prioritar spre înțelegerea modalităților de creare a programelor de antrenament, varietatea acestora și acțiunea lor asupra organismului uman. Așadar, predarea acestei discipline va satisface necesitățile persoanei ce practică fitness-ul de forță.</p> <p>Disciplina <i>Fitness – Forță</i> are menirea de a-i învăța pe studenți să aprecieze rolul și semnificația fitness-ului de forță asupra musculaturii corpului uman, să însușească formele și mijloacele de organizare a ședințelor de fitness-forță, să cunoască posibilele efecte în urma practicării acestui domeniu de activitate, să creeze un program alimentar corect, să formeze cunoștințe în domeniul executării tehnice a exercițiilor de forță.</p> <p>Studenții au obligația de a învăța experiențele care le vor permite să demonstreze progresul propriu în asimilarea de cunoștințe, să înțeleagă efectele executării corecte din punct de vedere tehnic a exercițiilor de forță. Cunoașterea în desăvârșire a exercițiilor date le va permite studenților să se angajeze cu succes în</p>						

	<p>câmpul muncii, care, la moment, înaintează cerințe foarte drastice față de tinerii specialiști.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei <i>Fitness – Forță</i> constituie materialul de lucru îndreptat spre sporirea procesului de predare – învățare și este adresat profesorilor, studenților instituțiilor superioare de învățământ.</p> <p>Conceptul de bază al <i>Fitness – Forță</i> constă în formarea unor cunoștințe vaste în domeniul antrenamentelor cu orientare de forță, dezvoltarea unor calități și capacități specifice, întrebuințarea conștientă, permanentă și activă a mijloacelor Fitness-ului de Forță, de asemenea asigurarea unui mod sănătos de viață pe parcursul întregii vieți.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • domeniul activității fitness-ului de forță și rolul acesteia în societatea contemporană; • particularitățile anatomo-fiziologice ale organismului uman; • particularitățile alimentației și necesitatea acesteia în fitness-ul de forță; • particularitățile proteinelor alimentare și rolul acestora în fitness-forță; • particularitățile carbohidraților și rolul acestora în fitness-forță; • particularitățile grăsimilor alimentare și rolul acestora în fitness-forță; • formele și mijloacele de organizare a ședințelor de fitness-forță; • cunoștințe în domeniul leziunilor și traumatismelor în fitness-forță; • particularitățile părții pregătitoare în antrenamentul de fitness-forță; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de bază pentru mușchii pectorali, spatelui, membrelor inferioare, deltoizi, triceps, biceps; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de izolare pentru mușchii pectorali, spatelui, membrelor inferioare, deltoizi, triceps, biceps; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor pentru grupele mici de mușchi. <p align="center">Competențe transversale și transdisciplinare</p> <p>Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p>Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. <p>Competențe acțional-strategice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. <p>Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. <p>Competențe interpersonale, civice, morale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și

	<p>valorilor moral-spirituale.</p> <p>Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Prin realizarea obiectivelor curriculare se dezvoltă un nou ciclu de competențe, deprinderi și abilități care se întemeiază pe achizițiile competențelor-cheie dobândite. Conform cerințelor actuale ale învățământului curricular, subcompetențele sunt elaborate în temeiul competențelor cheie definite prin rezultate ale învățării:</p> <p>Cunoaștere:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea efectelor fitness-ului de forță asupra organismului uman; 2. Utilizarea cunoștințelor teoretice și practice specifice domeniului fitness-ului de forță; 3. Înțelegerea și utilizarea adecvată a exercițiilor din domeniul fitness-ului de forță; 4. Înțelegerea și reprezentarea programelor alimentare; 5. Cunoașterea și interpretarea tehnicii executării exercițiilor din fitness-forță; 6. Determinarea acțiunilor necesare pentru formarea unui proces de antrenament efectiv. <p>Aplicare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aprecierea obiectivă a situațiilor, faptelor și proceselor în timpul unui antrenament de forță; 2. Utilizarea metodelor și metodicilor din cadrul fitness-ului de forță; 3. Demonstrarea capacității de inovare în aplicarea metodelor tradiționale de studiu al fitness-ului de forță; 4. Formularea și susținerea argumentelor proprii în rezolvarea problemelor din domeniul fitness-ului. <p>Integrare:</p> <p>a). <i>Autonomie și responsabilitate:</i> executarea responsabilă a sarcinilor de studii în condițiile unei autonomii restrânse și asistență calificată; să demonstreze creativitate în elaborarea proiectelor de cercetare, utilizând inovativ un spectru variat de metode calitative și cantitative.</p> <p>b). <i>Capacitatea de a învăța:</i> să evalueze în mod consecvent propriul proces de învățare; să-și identifice nevoile de formare.</p> <p>c). <i>Competențe sociale și de comunicare:</i> să manifeste atitudini pozitive față de impactul fitness-ului de forță asupra dezvoltării societății; să demonstreze comportamente democratice și respect față de valorile general-umane; să exprime o viziune personală asumată asupra lumii, care să reflecte solidaritatea cu ceilalți; să se familiarizeze cu rolurile și activitățile specifice muncii în echipă și cu distribuirea de sarcini între membri pe nivele subordonate.</p> <p>▪ d). <i>Competențe profesionale:</i> competența de a păstra și de a aprecia patrimoniul național și local în context universal, prin realizarea activităților specifice profesiei; să conștientizeze nevoia de formare continuă, utilizare eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru dezvoltarea personală și profesională.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>Nr. ore</p>	<p>Tematica disciplinei</p>	<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Antrenamentul de forță în sistemul fitness-antrenamentelor</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>2</p>	<p>Particularitățile anatomo-fiziologice ale activității musculare</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>3</p>	<p>Alimentația în sistemul fitness-forță</p>	<p>10</p>	<p>5</p>		<p>5</p>
	<p>4</p>	<p>Febra musculară și adaptarea musculaturii la antrenamentele de fitness-forță</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>

	5	Caracteristica leziunilor și traumatismelor în fitness-forță	4	2		2
	6	Caracteristica părții pregătitoare și a stretching-ului în fitness-forță	4	2		2
	7	Exerciții pentru mușchii pectorali	16		8	8
	8	Exerciții pentru mușchii spatelui	16		8	8
	9	Exerciții pentru mușchii membrelor inferioare	16		8	8
	10	Exerciții pentru mușchii deltoizi	16		8	8
	11	Exerciții pentru mușchii triceps	14		7	7
	12	Exerciții pentru mușchii biceps	12		6	6
	Total		120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>trei lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<p>1. Aftimiciuc, Olga. Fitness: teorie și metodică. Iași: PIM, 2012. ISBN 978-606-13-0737-1.</p> <p>2. Aplicarea cunoștințelor din fiziologie și medicină sportivă în practică</p>					

- sporturilor / A. Mariș, A.A. Mariș, V. Manolachi [et. al.]. – Ch.: Editura USEFS, 2011. – 214p. ISBN 978-9975-4077-8-6.
3. BOMPA, TUDOR O. Periodizarea antrenamentului sportiv: planuri științifice pentru forță și condiția fizică pentru 20 de discipline sportive / prof. univ. dr. Tudor O. Bompa, Michael C. Carrera. – Mușătești: Tana, 2006. ISBN (10) 973-87111-3-4.
4. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ANATOMIA ȘI FIZIOLOGIA OMULUI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 1. ABC Fitness School, - 2014. – 130p.
5. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. CHIMIE ALIMENTARĂ. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 2. ABC Fitness School, - 2015. – 58p.
6. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ALIMENTAȚIA ÎN DIFERITE BOLI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 3. ABC Fitness School, - 2015. – 73p.
7. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. TERAPII COMPLEMENTARE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 4. ABC Fitness School, - 2015. – 69p.
8. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. Principiile alimentare și valoarea nutritivă. Alimentația în diferite perioade ale vieții. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 5. ABC Fitness School, - 2014. – 124p.
9. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. PSIHO-NUTRIȚIE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 6. ABC Fitness School, - 2015. – 70p.
10. CHIRAZI, MARIN. Culturismul în școală – Importanță, practicare, efecte, cunoaștere / Marin CHIRAZI, Cătălin Constantin IOAN. – Iași: Performantica, 2007. ISBN 978-973-730-396-7.
11. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR AEROBIC-FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 213p.
12. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR DE FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 186p.
13. PANAEV, MIHAIL. Masajul în afecțiunile aparatului locomotor / Mihail Panaev; trad.: Maria Sîrghe. – București: Rovimed Publishers, 2014. ISBN 973-7719-11-5.
14. PLATONOV, VLADIMIR. Periodizarea antrenamentului sportiv: teoria generală și aplicațiile ei practice / V.N. Platonov – București: Discobolul, 2015. ISBN 978-606-8603-10-0
15. Urso, Antonio. Weightlifting. Sport for all sports. Calzetti-Mariucci Editori di Roberto Calzetti Editore srl. – 2014. – 296p. ISBN 978-88-6028-359-7.
16. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин. – Минск: Харвест, 2009. – 160с. ISBN 978-985-16-6059-5.
17. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] / О.Е. Афтимичук; Гос. Ун-т физ. Воспитания и спорта. – К.: "Valinex" SRL, 2011. – 310p. ISBN 978-9975-68-179-7.
18. Батырев М., Батырева Т. Спортивное питание. — СПб.: Питер, 2005. — 144 с.: ISBN 5-469-00616-6
19. Бомпа, Тудор О. Серьезный силовой тренинг: пер. с англ. / Тудор О. Бомпа, Мауро Ди Паскуале, Лоренцо Дж. Корнаккиа. – М.: АСТ; Астрель, 2010. – 303. ISBN 978-5-17-061813-2.
20. Борисова О.О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации [Текст]: учеб.-метод. пособие / О. О. Борисова. - М.: Советский спорт, 2007. - 132 с. ISBN 978-5-9718-0220-4
21. Бражник А.Л. Эффективные методики развития силы. Атлетическая подготовка, армрестлинг, пауэрлифтинг – Харьков: ФЛП Дудукчан И.М., 2010. – 264с. ISBN 978-966-8472-58-9.
22. Шейко Б.И. Пауэрлифтинг. Учебное пособие, М.: 2005. – 544с. ISBN 5-93216-114-0.
23. Шейко Б. И., Горулев И. С., Румянцева Э. Р., Цедов Р. А.

Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. - Москва, 2013. - 560 с. ISBN 978-5-906299-05-5.

24. Шестопалов С.В. Бодибилдинг: школа чемпионов. – Ростов н/Д: Издательский дом «Владис», 2003. – 192с. ISBN 5-94194-065-3.

25. Эванс, Н. Анатомия бодибилдинга / Н. Эванс; пер. с англ. С.Э. Борич. – Минск: «Попурри», 2008. – 192с. ISBN 978-985-15-0110-2.

26. Эдворт Т. Хоули, Б. Дон Фрэнкс. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. Олимпийская литература, Киев – 2004. – 375с. ISBN 966-7133-65-6.

27. Юрген Хартманн/Харольд Тюннеманн. Современная силовая тренировка. Шпортферлаг Берлин. – 1988. – 335с. ISBN 3-328-00366-5.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE</i>					
Denumirea cursului		Metodologia Fitness-ului					
Titularul cursului		Rîșneac Evelina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.03.O.21	Anul	II	Semestrul	I I I
Nr.credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	de Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	15	15	60	90	
Nota de prezentare	<p>Actualul curriculum fundamentează o nouă viziune asupra disciplinei „Metodologia fitness-ului”, dar și un nou model didactic – educativ și teoretic – metodic cu caracter științific în domeniul culturii fizice recreative, unde fitness-ul este una din componentele ei.</p> <p>La etapa actuală, fitness-ul în întregime, poate fi determinat ca un sistem de exerciții fizice cu caracter recreativ, care este acordat la starea individuală a sferei psihofizice umane, precizia motivațională a lui și cointeresarea personală. Prin urmare, fitness-ul este necesar în pregătirea specialistului de categorie înaltă în domeniul culturii fizice recreative, care trebuie să cunoască diversitatea sistemelor de fitness, aplicate pentru un contingent diferit de practicanți, formele de organizare și metodele desfășurării fitness-antrenamentelor, precum și problemele medico-biologice, atât propriu omului, cât și exercițiilor fizice executate.</p> <p>Programa cursului actual o constituie patru teme, desfășurate în semestrul 3 cu studenții anului 2 de studii. În totalitate, cursul cuprinde compartimente de bază ale științei teoriei și metodicii culturii fizice recreative cu orientarea spre activitatea profesională a fitness-antrenorului.</p> <p>Calitatea pregătirii profesionale a fitness-antrenorului depinde de eficacitatea mecanismului de evaluare a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice.</p>						
	Competențe profesionale: Să însușească bazele teoretice și metodologice de predare-învățare-evaluare a gimnasticii ca disciplină de învățământ obligatoriu.						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Să însușească și să utilizeze de comunicare didactică, de organizare a colectivului, metodele, procedeele de instruire calitativă și mijloacele de instruire ale procesului didactic;</p> <p>Să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor acțiunilor motrice etc.);</p> <p>Să elaboreze și să realizeze proiectarea activității didactice adecvată la nivel calitativ al procesului de instruire, privind creșterii în continuitate a mobilității articulației, forței musculare, coordonării îmbinate cu procedee de realizare pentru corectarea posturii și aprovizionarea cu energie a corpului uman;</p> <p>Să elaboreze, să aplice și să autoevalueze diverse modele de activități didactice la nivel formativ-creativ;</p> <p>Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului instructiv-educativ;</p> <p>Formarea/cultivarea atitudinilor, calităților intelectuale, morale, volitive și estetice;</p> <p>Realizarea trăsăturilor de caracter pozitiv: curajul, consecvența, atenția, disciplina, responsabilitatea.</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>Formarea competențelor cu privire la legitățile fundamentale ale culturii fizice recreative, ce se referă la activitatea profesională a specialistului în domeniul fitness-ului.</p> <p>Perfecționarea ideilor despre principiile de bază, care asigură procesul de fitness-antrenament sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologiei pedagogice și tehnicii instructive.</p> <p>Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de fitness-antrenament.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să identifice metodologia ale sistemului disciplinei de orientare spre specializare; - Să definească conceptele cheie, noțiunile de bază ale disciplinei „Metodologia fitness-ului”; - Să identifice problemele fundamentale ce apar în cadrul instruirii disciplinei „Metodologia fitness-ului”; - Să identifice tendințele în dezvoltarea teoriei și practicii educaționale. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să identifice bazele teoretice și metodologice ale sistemului disciplinei de orientare spre specializare; - Să definească conceptele cheie, noțiunile de bază ale disciplinei „Metodologia fitness-ului”; - Să identifice problemele fundamentale ce apar în cadrul instruirii disciplinei „Metodologia fitness-ului”; - Să identifice tendințele în dezvoltarea teoriei și practicii educaționale; - Să cunoască și să explice cele mai importante metodologii de învățare a tehnicii exercițiilor cu diverse mijloace ale culturii fizice recreative. <p>Aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să analizeze și să generalizeze fenomenele ale instruirii teoriei fitness-ului; - Să stabilească interferințe între fenomenele educaționale și ale fitness-ului; - Să redefină și să deducă concepția de instruire, noțiunile de bază ale științei bazelor teoretice ale culturii fizice recreative; - Să aplice cunoștințele în practică; <p>Să propună exerciții noi cu mijloacele respective ale culturii fizice recreative.</p> <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să elaboreze proiecte didactice de activitate în cadrul procesului instructiv-educativ.
	<p style="text-align: right;">Numărul de ore</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	L/P	LI
1	Particularitățile de vîrstă ale diferitor perioade ale omului matur	8		2	2	4
2	Particularitățile programelor de lecții ale fitness-ului.	4		2	2	
3	Norma activității motrice și frecvența cardiacă recomandată pentru desfășurarea exercițiilor fizice cu contingent difetit de vîrstă	4		2		2
4	Mărimea și dozarea efortului fizic conform posibilităților funcționale ale organismului uman.	8		2	2	4
5	Caracteristica capacităților de forță	6		3		3
6	Programele-fitness orientate spre dezvoltarea capacității de forță: Calanetic, Bodybuilding, Bodyforming, Shaping.	6		2		4
7	Caracteristica capacităților de viteză și coordonare	8		2	2	4
8	Caracteristica rezistenței și supleței statice și dinamice, generală și statică.	6			2	4
9	Programele-fitness orientate spre dezvoltarea rezistenței și supleței: Pilates, Bodyflex, Stretching, Yoga.	6	3			3
10	Problemele umane ale greutateii suplimentare.	8			2	6
11	Componenta de bază a hranei în alimentației. Proteinele, grăsimile, carbohidrații, glicogenul și indexul glicemic	6			2	4
12	Vitaminele și substanțele minerale.	6			2	4
13	Noțiunea activității și deprinderile ei asociate: intelectuale, senzitive, motrice	6			2	4
14	Etapile realizării activității fitness-antrenamentului	8	4		2	2
15	Structura activității a fitness-antrenorului	8	4		2	2
16	Caracteristica personalității și autorității fitness-antrenorului	6			4	2
17	Cerințele de calificare și limbajul profesional a fitness-antrenorului	8	4		2	2
18	Interacțiunea didactică între antrenori și practicanți.	6			4	2
19	Complexe de exerciții cu mingea de Fitbol	8			4	6
20	Fitness programa „Calanetic”	8			2	6
21	Fitness programa „Pilates	6			2	4
22	Fitness programa „Stretching	8			2	6
23	Fitness programa „Yoga	8			6	2
24	Fitness programa „Bodyflex	6			2	4
25	Complexe de exerciții pentru diferite categorii de vîrstă	4			2	2
26	Aptitudinile pedagogice ale fitness-antrenorului și caracteristica lor	6			6	
27	Autoperfecționarea în procesul	8			2	6

	pregătirii profesionale și componența ei					
	Total	180	15	15	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice, individuale. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>Strategiile de evaluare reprezintă modalitățile sau tipurile specifice de integrare a operațiilor de măsurare-apreciere-decizie în activitatea didactică educativă, integrare realizabilă la diferite intervale de timp (scurt, mediu, lung) și în sensul îndeplinirii unei funcții pedagogice specifice.</p> <p>În teoria și practica educațională se disting trei strategii de evaluare:</p> <ul style="list-style-type: none"> · evaluarea inițială/predictivă ; · evaluarea continuă /formativă ; · evaluarea sumativă/finală. <p>Analiza și aprecierea rezultatelor activității de învățare se exprimă prin realizarea integrală a sarcinilor definite la nivelul competențelor – cheie, specifice și operaționale proiectate de către profesor la diferite perioade și intervale de timp. Strategiile de evaluare a nivelului de pregătire profesională se prezintă sub forma unor modele de verificare a rezultatelor obținute, capabile să pună în evidență performanțele atinse de către studenți.</p> <p>Profesorul responsabil de curs își va determina obiectivul curent de evaluare și va identifica itemii oportuni pentru testarea competențelor inițiale, formative și sumativă.</p> <p>Evaluarea reprezintă totalitatea activităților prin care se colectează, organizează și interpretează datele obținute în urma unor tehnici, metode și instrumente de măsurare și apreciere a rezultatelor activității de învățare, elaborate în conformitate cu obiectivele operaționale și tipul evaluării în funcție de conținutul tematic.</p> <p>La cursul de „<i>Metodologia fitness-ului</i>” pot fi evaluate:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Cunoștințe – pregătirea teoretică. 5. Calități și capacități – pregătirea profesională pedagogică. 6. Atitudini – verificarea parametrilor comportamentali și afectiv-atitudinali. <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al</p>					

	<p>acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Amosov N. M., Muravov I. V. <i>Inima și exercițiile fizice</i>. - a 2-a ediție, revizuită și adăugată - Kiev, Edit. Sănătatea, 1985. 80 p. 2. Așmarin B. A., (red.). <i>Teoria și metodică educației fizice</i>. Moscova, Culturafizică și sport, 1990. p. 180-195. 3. Balisevici V. K. <i>Ontokinezeologia omului</i>. Moscova, Teoria și practica culturii fizice, 2000. 274 p. 4. Bulatova M. M., Usaceov Iu. A. <i>Tehnologii moderne ale culturii fizice de tonifiere în educația fizică</i>. Kiev, Edit. Literatura olimpică, 2003. T. 2. p. 342-378. 5. Bulatova M. M., Lineț M. M., Platonov V. N. <i>Dezvoltarea calităților fizice</i>. Kiev, Edit. Literatura olimpică, 2003. p. 189-322. 6. Bulici Ȃ. G., Muravov Ip. V. <i>Sănătatea omului: Principiul biologic al activității zilnice și activitatea motorie în stimularea ei</i>. Kiev, Edit. Literatura olimpică, 2003, 424 p. 7. Ceikovskii A. M., Șenkman S. B. <i>Știința de a fi sănătos</i>. Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1987. 96 p. 8. Cooper K. <i>Aerobica nouă</i>: Trad. Din engl. - Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1979. 125 p. 9. Cooper K. <i>Aerobica pentru o dispoziție bună</i>: Trad. Din engl. - Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1987. 192 p. 10. Cooper K. <i>Aerobica pentru o dispoziție bună</i>: Trad. Din engl. - a 2-a ed. adăug. și prel. - Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1989. 224 p. 11. Cooper K. <i>Aerobica pentru o dispoziție bună</i>: Trad. Din engl. - Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1987. 192 p. 12. Cooper K. <i>Aerobica pentru o dispoziție bună</i>: Trad. Din engl. - a 2-a ed. adăug. și prel. - Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1989. 224 p. 13. Dercaci A. A., Isaev A. A. <i>Calificarea pedagogică a antrenorului</i>, Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1981. - 375 p. 14. Djani Dj. (ed.). <i>Constituția ideală</i>/ Moscova, Rev. Cunoștințele, 1990. № 4. p. 3-102. 15. Dineika K. <i>Mișcarea, respirația, antrenamentul psiho-fizic</i>. Minsk, Edit. Polâmea, 1982. p. 9-88. 16. Doskin V. A. Lavrienteva N. A. <i>Ritmurile vieții</i>, Moscova, Edit. Medicina. 1991, 176 p. 17. Dubrovskii V.I. <i>Reabilitarea în sport</i>. Moscova, Edit. Culturafizică și sport, 1991, 208 p. 18. Dușanin S. A., Ivașenco L. Ia., Pirogov E. A. <i>Programe de antrenament pentru sănătate</i>. Kiev: Sănătatea, 1985. 32 p. 19. Enoka R. M. <i>Bazele kineziologiei</i>/ Trad. din engl. G. Goncareno. — Kiev: Literatura olimpică, 2000. - 400 p. 20. Fomicenko T. G. <i>Pregătirea de forță și tehnică a înotătorilor pe diferite grupe de vârstă</i>. Moscova, Edit. Fon, 1998. - 254 p. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Igiena sportului					
Titularul cursului		Moroșan Raisa					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.04.O.22	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F–componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Igiena sportului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul fitness - ului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului pedagogic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul fitness-ului și recreației, capabili de a utiliza rațional metodele și mijloacele educației fizice pentru a asigura păstrarea și întremarea sănătății elevilor și diverselor contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul fitness-ului și recreației prin implicarea acestuia în activități didactice ce presupun cunoașterea influenței biologice a factorilor de mediu asupra organismului uman și a condițiilor favorabile de activitate motrice, care pot asigura buna desfășurare a orelor de fitness și a programelor de recreație;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și</p>						

	<p>tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului și recreației.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice din domeniul igienei educației fizice și sportului în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor de fitness și recreație cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijare și coordonare a activităților sportive, în conformitate cu cerințele actuale ale igienei educației fizice și sportului, referitoare la microclima edificiilor sportive, exploatarea sistemelor tehnico-sanitare, alimentația rațională, metodele și mijloacele de refacere după efort, folosirea eficientă a factorilor de mediu pentru întremarea sănătății elevilor și diverselor contingente de populație; • Utilizarea metodelor fiziologo-igienice de apreciere a călirii organismului cu frigul și analiza medico-biologică prin această prismă a sistemelor de pregătire a studenților la „fitness și programe de recreație”; • Proiectarea unor lucrări de laborator bazate pe analiza microclimei edificiilor sportive (ori a terenurilor sportive) și elaborarea metodelor și mijloacelor de optimizare a acesteia; • Susținerea și promovarea modului sănătos de viață: respectarea principiilor alimentației raționale, prevenirea sedentarismului și a stărilor de stres, combaterea deprinderilor vicioase etc.; • Asigurarea unui management eficace al entităților sportive, crearea condițiilor optime de antrenament în sălile de sport și igienizarea sistematică a acestora, în vederea reducerii riscului răspândirii maladiilor aerogene. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv în corespundere cu starea de sănătate a individului și necesitatea păstrării și întremării sănătății elevilor; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei și cerințele igienice față de organizarea antrenamentului sportiv.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei <i>Igiena educației fizice și sportului</i> (scop, obiective, metode de cercetare științifică folosite); ▪ să identifice factorii de risc pentru starea de sănătate a elevilor și sportivilor în edificiile sportive și pe terenurile de sport în vederea diminuării influenței nefaste a acestora asupra organismului; ▪ să caracterizeze acțiunea benefică (ori nocivă) a factorilor de mediu asupra organismului uman; ▪ să analizeze principiile alimentației raționale; ▪ să specifice particularitățile alimentației sportivilor la diferite etape de activitate; ▪ să prezinte mecanismele fiziologice de călire a organismului cu temperaturile înalte și scăzute ale mediului; ▪ să aplice metodele de determinare a cheltuielilor energetice ale sportivilor etc. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine parametrii microclimei din sala de sport;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze un plan de optimizare a microclimei edificiului sportiv; ▪ să analizeze și să explice rolul factorilor de mediu în pregătirea sportivilor; ▪ să determine valoarea energetică și nutritivă a rației alimentare zilnice a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în cadrul competițiilor sportive și în procesul de refacere după efort. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența procesului de călire a organismului cu căldura și frigul; ▪ să îmbine cunoștințele din fiziologie, anatomie și igienă pentru a caracteriza starea de sănătate a individului; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru păstrarea și fortificarea sănătății elevilor (sportivilor); ▪ să respecte modul sănătos de viață. 																																														
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 25%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">L/P</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Introducere în disciplină. Factorii de mediu în educația fizică și sport</td> <td style="text-align: center;">16</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">6</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Igiena edificiilor sportive.</td> <td style="text-align: center;">20</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">8</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Călirea organismului</td> <td style="text-align: center;">16</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">8</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Igiena alimentației sportivilor</td> <td style="text-align: center;">26</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">6</td> <td style="text-align: center;">16</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">5</td> <td>Regimul de viață al elevilor și sportivilor</td> <td style="text-align: center;">12</td> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">7</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td> <td style="text-align: center;">90</td> <td style="text-align: center;">15</td> <td style="text-align: center;">30</td> <td style="text-align: center;">45</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	L/P	LI	1	Introducere în disciplină. Factorii de mediu în educația fizică și sport	16	4	6	6	2	Igiena edificiilor sportive.	20	4	8	8	3	Călirea organismului	16	2	6	8	4	Igiena alimentației sportivilor	26	4	6	16	5	Regimul de viață al elevilor și sportivilor	12	1	4	7	Total		90	15	30	45
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																											
		Total	Curs	L/P	LI																																										
1	Introducere în disciplină. Factorii de mediu în educația fizică și sport	16	4	6	6																																										
2	Igiena edificiilor sportive.	20	4	8	8																																										
3	Călirea organismului	16	2	6	8																																										
4	Igiena alimentației sportivilor	26	4	6	16																																										
5	Regimul de viață al elevilor și sportivilor	12	1	4	7																																										
Total		90	15	30	45																																										
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lucrările de laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt: prelegere – dezbatere, prelegere problematizată. Lectorul utilizează expunerea orală, conversația, demonstrația, completate cu elemente noi: dialogul, demonstrarea grafică și, în caz de necesitate, cu ajutorul mijloacelor audio-vizuale, experimentul etc. În cadrul cursului se organizează prezentări în programul Power Point, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p> <p>Lucrările de laborator, de asemenea, au mai multe forme, fiind folosite aparatele, instrumentele, dar și tablele specifice din dotarea catedrei.</p> <p>Metode de lucru: prezentarea aparatelor, expunerea modului de lucru cu ele, explicația principiilor de lucru a acestora, dialogul, lucrul individual ori în echipă. La finele fiecărei lucrări de laborator studenții elaborează concluzii și recomandări igienice, care sunt analizate și evaluate, iar mai apoi, fixate în caiete.</p>																																														
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului</p>																																														

	de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și lucrările de laborator	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Banu C. Tratat de inginerie alimentară. Volumul I. ASE București. 2006. 225 p. 2. Moroșan R., Moroșan I. Estimarea igienică a factorilor de mediu în educația fizică și sport. Note de curs. Tipografia "Primex-Com". Chișinău, 2017. 52 p. ISBN 978-9975-110-89-1 3. Godorozea M. Lucrări de laborator la Igiena educației fizice și sportului. Chișinău, 2004. 67 p. 4. Erhan E. Dudnic E. Turuta L. Igiena individuală a sportivului. Chișinău, 2013. 40p. 5. Moroșan R., Pavlov L., Moroșan I. Igiena educației fizice și sportului. Material didactic. Chișinău, 2002. 64 p. 6. Moroșan R., Moroșan I. Aspecte fiziologo-igienice privind rolul exercițiilor fizice în dezvoltarea fizică și fortificarea aparatului locomotor al elevilor. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012/2, p. 14-18. 7. Moroșan R., Moroșan I. Cerințe igienice privind desfășurarea lecțiilor de educație fizică în școală. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012, nr.1, p. 5-12. 8. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта. Москва: Издательский центр «Академия», 2005. 245 с. 9. Вайнбаум Я.С., Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания :Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 240 с. 10. Лаптев А.П., И.И.Мальшева. Практикум по гигиене. М., 1981. 11. Лаптев А.П., Полиевский О.А. Гигиена. М., 1990. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Etica și deontologia profesională					
Titularul cursului		Usaci Doina/Leșco Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 04 A.23	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul de <i>Etica și deontologia profesională</i> reprezintă o tentativă de a îmbunătăți pregătirea specialiștilor, din punctul de vedere al eticii, precum și de a ajuta studenții în procesul de studiere, în conformitate cu experiența acumulată la predarea acestui curs. Fiecare profesie are sau poate avea etica sa particulară. Aceste etici au, însă, multe principii și norme comune. Un curs de Etica profesională are menirea să releve asemănările și diferențele, să dea posibilitatea să se vadă cum ar trebui să se desfășoare relația client-profesionist în alte domenii de interes public mai larg.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității ” <i>Fitness și programe de recreare</i> ” lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Disciplina de studii <i>Etica și deontologia profesională</i> este parte componentă a științelor pedagogice prevăzute în planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul <i>Fitness și programe de recreare</i> la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei <i>Etica și deontologia profesională</i> este un document reglator, ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, principiile, strategiile didactice, tehnologiile educaționale, conținutul cursului și în mod special finalitățile disciplinelor vizate. Contextul unui nou model de modificare și reglare funcțională, de adaptare la condițiile schimbătoare ale realității, obligă pregătirea în cadrul instituției a unei personalități complexe, cu spirit de inițiativă abile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; <ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul etic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul, funcțiile și problematica eticii	6	2	1	3
	2	Morala și etica profesională	6	2	1	3
	3	Particularitățile și sistemul de autoreglare a comportamentului etic	6	2	1	3
	4	Categoriile eticii profesionale	6	2	1	3
	5	Comunicarea profesională și aspectele ei	6	2	1	3
	6	Mijloacele de comunicare verbală în sfera profesională.	6	2	1	3
	7	Etica în soluționarea conflictelor	6	2	1	3
	8	Colectivul de muncă	6	2	1	3
	9	Etica și cultura organizațională	6	2	1	3
	10	Cultura exteriorului	6	2	1	3
	11	Stresul și acțiunile lui în activitatea profesională	6	2	1	3
	12	Eticheta profesională. Codul bunelor maniere	6	2	1	3
	13	Etica conducerii	6	2	1	3
	14	Codurile deontologice: aspecte conceptuale.	6	2	1	3
	15	Etica pedagogului. Codul deontologic al profesorului	6	2	1	3
Total			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Controversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin</p>					

	două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capcelea V., Etica, Editura Arc, Chișinău, 2003. 2. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili, București, Editura Curtea Veche Publishing, 2007. 3. Cândea R., Cândea D. Comunicarea managerială: concepție, deprinderi, strategie, Focșani, 1996. 4. Frunza S. Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, 2011. 5. Gavrilă T. Managementul general al firmei, București, 2002. 6. Hianes I., Introducere în istoria comunicării, Editura Fundația Română de Mâne, 1998. 7. Joule R.V., Tratat de manipulare, Editura Antet, 1997. 8. Lungu Viorelia, Etica profesională – suport de curs, Chișinău, USM. 2011. p.192. ISBN 978-9975-71-103-6. 9. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București, Editura Humanitas, 2008. 10. Mândăcanu, Virgil. Etica pedagogică praxiologică: (Manual pentru adolescenți, studenți și pedagogi din învățământul liceal și universitar), Chișinău, 2010. ISBN: 978-9975-51-142-1. 588 p. 11. Miroiu A. Teorii ale dreptății, București, Editura Alternative, 1995. 12. Miroiu A. Etică aplicată, București, Editura Alternative, 1995. 13. Miroiu M., Miroiu A. Dreptatea și fericirea, București, Editura All, 1995. 14. Montefiore A., Mureșan V. Filosofia morală britanică, București, Editura Alternative, 1998. 15. Mureșan V. Valorile și adevărul moral, București, Editura Alternative, 1995. 16. Popescu D., Arta de a comunica, Editura Economica, 1998. 17. Pruteanu Șt., Comunicare și negociere în afaceri, Editura Polirom, 1997. 18. Pruteanu Șt. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași, Editura Polirom, 2004. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Consilierea educațională și a carierei					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 04 A. 24	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studiu Consilierea educațională și a carierei este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și răspunde unor nevoi importante ale integrării tinerilor în societatea modernă, prin:</p> <ul style="list-style-type: none">• asigurarea accesului echitabil la oferta educațională;• buna integrare socio-profesională și pe piața forței de muncă;• dezvoltarea atitudinilor și competențelor necesare pentru a face față schimbărilor viitoare pe plan personal și profesional. <p>Consilierea educațională și a carierei nu constituie un obiect de studiu sau o disciplină de studiu în înțelesul ei cotidian, ci ca o arie de aplicații, dezvoltări practice, experiențe și atitudini care trebuie învățate a fi exersate în viață. Învățarea în sfera orientării educaționale și profesionale trebuie să aibă sensul de a învăța pentru a ști să faci și nu a învăța pentru a ști. Universitatea trebuie să vizeze nu numai educarea și formarea unor tineri bine instruiți, ci și pregătirea de absolvenți direct angajabili și imediat productivi.</p> <p>În rezultat, Consilierea educațională și a carierei trebuie să fie influentă și activă în planul adecvării cu realitatea pieței muncii și schimbările sociale, cât în cel psihologic și al educației, devenind astfel, un continuu de intervenții, de o natură psihologică, pedagogică, socială, educativă, din domeniul legislativ, medical, financiar etc.</p>						
	1. Aplicarea noțiunilor, terminologiei și informației ce vizează profesii <ul style="list-style-type: none">• Identificarea informațiilor ce vizează profesii în sursele de specialitate și actele normative;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Corelarea noțiunilor noi despre profesii unor contexte din viața cotidiană; • Analiza specificului evoluției în timp a unor profesii. <p>2. Integrarea cunoștințelor achiziționate la diferite arii curriculare în scopul ghidării în carieră</p> <ul style="list-style-type: none"> • Argumentarea relației dintre cunoștințele achiziționate în cadrul diferitor arii curriculare, prin raportare la anumite profesii; • Relevarea corelației dintre biografia unor personalități și rolul acestora în promovarea unor domenii de activitate. <p>3. Stabilirea unor legături dintre domeniile profesionale și literatura de specialitate, precu și actele oficiale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descoperirea unor similitudini dintre literatura de specialitate, actele normative și spațiul vieții în ceea ce privește profesiile; • Justificarea rolului social al modelului etic pentru diferite profesii; • Aprecierea rolului social al fiecărei profesii, precum și a propriei experiențe de viață. <p>4. Relaționarea informație despre profesie și contextul social actualizat;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea surselor de documentare în stabilirea câmpurilor lexicale ale unor profesii; • Reflectarea propriilor emoții și a experienței personale în raport cu profesiile existente. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației pentru carieră; • să caracterizeze elementele unei cariere de succes; • să-și autoevalueze capacitățile proprii și să-și determine domeniul de vocație; • să contureze profilul personalității de succes în domeniul profesional; • să argumenteze importanța educației pentru carieră pentru tineri, în particular, și societate, la general. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
	<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>		
	<p>1</p>	<p>Nivel de pregătire: studii, competențe profesionale, abilități sociale, aspirații profesionale</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>2</p>	<p>Relația succes școlar – reușită personală și profesională: criterii de analiză a reușitei personale / profesionale</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>3</p>	<p>Modalități de dezvoltare competențelor, abilităților sociale, intereselor. Importanța lor în găsirea unui loc de muncă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>4</p>	<p>Managementul carierei: obiective, principii, strategii, principii</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>5</p>	<p>Cerințele locului de muncă: fișa postului, fișa angajatului, reglementări, condiții specifice angajatorului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>6</p>	<p>Dinamica pieței muncii: cererea și oferta de muncă. Modul de realizare a selecției și recrutării forței de muncă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>7</p>	<p>Caracteristici și tendințe ale pieței muncii la nivel local, național, european</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>8</p>	<p>Meserii uzate moral și meserii actuale. Munca la negru, economia informală, munca în străinătate, angajarea cu carte de muncă – beneficii și consecințe</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>9</p>	<p>Integrarea europeană și efectele asupra mobilității forței de muncă, cererii și ofertei pe piața muncii</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	

	10	Dimensiunea de gen în planificarea carierei. Stereotipurile de gen ca bariere în opțiunile de carieră	6	2	1	3
	11	Documente formale privind angajarea: contractul de muncă, fișa postului	6	2	1	3
	12	Formare și re-conversie profesională în condițiile pierderii locului de muncă	6	2	1	3
	13	Portofoliu personal: rezultate la testări, premii, diplome, certificate, Curriculum Vitae (CV), autoevaluare, produse reprezentative pentru locul de muncă, recomandări	6	2	1	3
	14	Surse și oportunități de formare: centre de formare profesională, programe de formare continuă la locul de muncă, programe de scurtă durată, cursuri serale, consultanță de specialitate, învățământ la distanță / frecvență redusă, conferințe, studiu individual, învățare continuă, voluntariat	6	2	1	3
	15	Evaluarea carierei: autoevaluări ale carierei pe baza profilurilor ocupaționale, a evoluției calificărilor la nivel național și european, consultarea unor persoane specializate (psihologi, consilieri ai carierei profesionale), consultarea unor agenții de recrutare de personal	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese legate de orientarea educațională și în carieră; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de cariera profesională; • elaborarea și publicarea unor articole care țin de cariera profesională și angajarea pe piața muncii; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul orientării profesionale a tinerilor; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; • elaborarea proiectului de carieră. 					
	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Consiliere educațională și a carierei</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • evaluarea inițială, care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate 					

Strategii de evaluare	<p>sprijină profesorul în proiectarea didactică;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Culturologie</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Băban A. Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigiență și consiliere, 2009. 2. Bocoș M., Instruire interactivă, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca, 2002. 3. Calugher V., Dorgan V., Lungu E. Strengthening the Partnership between the University and Graduates: realities and Challenges. In: 3-rd Central and Eastern European LUMEN International Scientific Conference: New Approaches in Social and Humanistic Sciences, 8-9 June, 2017 Chisinau, p.103-104. 4. Calugher V. Rolul autocunoașterii în educația pentru carieră a studenților. În: "SPORT. OLIMPISM. SANATATE". Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a II-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău. p.21. ISBN 978-9975-131-51-3. 5. Calugher V., Popescu V. Social partnership in education for the students career: realities and trends. In: The Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Physical Education and Sport Management. Fascicle XV. Vol. 1, 2017, p. 31-34. ISSN-L 1454-9832 ISSN 2344-4584 (B+ category). 6. Calugher V. Monitorizarea inserției profesionale în câmpul muncii a absolvenților – instrument de management al calității procesului. In: Sport. Olympism. Health. IIIrd Edition Chisinau, Moldova 13-15 September, 2018. 7. Calugher V., Braniște Gh., Braniște T., Dorgan V. The modernization of higher education of physical culture from the Republic of Moldova in the context of the knowledge based society. In: The challenges of communication. Contexts and strategies in the world of globalism. Section: Communication, Education Sciences, Psychology and Sociology, Arhipelag XXI Press/2018, ISBN: 978-606-8624-00-6, pag.19-24. 8. Calugher Viorica, Gheorghe Braniște, Ecaterina Lungu. The Adaptation Of Physical Culture Higher Education Offer To The Labour Market. In: ICPEK 2018, International Congress of Physical Education, Sports and Kinetotherapy. Education and Sports Science in the 21st Century, Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceedings of Social @ Behavioural Sciences, ISSN: 2357-1330. 9. Cartaleanu T., Cosovan O., Goraș-Postică, V., Lîsenco S., Scîlîfos L. 											

Formarea competențelor prin strategii didactice interactive, Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008.

10. Consilierea și orientarea în carieră – ghid pentru studenți și absolvenți. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, 2008.

11. Cristea G., Managementul lecției. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.

12. Cucuș C., Pedagogie, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Polirom, Iași, 2006.

13. Dalat Y. Ghidul reușitei tale profesionale, Editura Polirom, Iași, 2003.

14. Dandara O. Ghidarea și proiectarea carierei în contextul educației permanente. Chișinău: CEP USM, 2012.

15. Dandara O., Mija V. Proiectarea carierei și ghidarea în carieră: Suport metodologic pentru elevii și cadrele didactice din învățământul secundar vocațional-tehnic. CEP USM, Chișinău, 2014.

16. Jigău M. Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici. Editura SIGMA, București, 2007.

17. Gheorghe A., Mățan I., Maței M. Dirigenția și consilierea. Ghid metodologic. Editura Alexandru Gheorghe, Craiova, 2004.

19. Goleman D. Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2001.

20. Colwell P. Cheia succesului, Editura Polirom, Iași, 2003.

21. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: ghidul profesorului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.

22. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: manualul elevului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.

23. Guțu VI. (coord.), Educația centrată pe cel ce învață. Ghid metodologic, CEP USM, Chișinău, 2009.

24. Guțu VI. (coord.), Psihopedagogia centrată pe copil, CEP USM, Chișinău, 2008.

26. Ionescu M., Radu I. Didactica modernă, Cluj-Napoca, Editura Dacia, 2001.

28. Lemeni G., Axente, A. Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele IX-XII/SAM, 2004.

29. Lemeni G., Miclea, M. Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră, 2010.

30. Minder M., Didactica funcțională. Obiective, strategii, evaluare, Ed. Cartier, București, 2003.

31. Măgurianu L. A., Azoitei, N. D. Un ghid mic pentru o carieră mare. ediția a II-a revizuită, Asociația Alternative Sociale, Iași, 2006.

32. Nicu A. Strategii de formare a gândirii critice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.

33. Salomia E., Marcinschi, M. Ghidul carierei mele. București: Centrul Educația 2000+, 2002.

35. Scifos L., Gorăș-Postică V.ș.a., O competență-cheie: a învăța să înveți. Ghid metodologic, Chișinău, C. E. PRO DIDACTICA, 2010.

36. Succesul profesional: ghidul profesorului și al consultantului voluntar/ Junior Achievement Romania, București, 2012.

37. Papuc I., Albu M., Jurcău N. Procesul decizional managerial în sfera educațională, 2011. 38. Pease A., Garner A., Limbajul vorbirii-arta conversației. Editura Polimark, București, 1994.

39. Temple Ch., Steele J.L., Meredith K.S. Aplicarea tehnicilor de dezvoltare a gândirii critice. Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2003.

40. Tomșa Gh. Consilierea și orientarea în școală. Casa de Editură Viața Românească, București, 1999.

41. Ghica Vasile (1998). Ghid de consiliere și orientare școlară pentru orele de dirigenție, Iași: Polirom.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Jocuri sportive					
Titularul cursului		Sîrghi Serghei/Conohova Tatiana/Bragarenco Nicolae/Verejan Ruslan					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.04.O.25	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	120	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	16	-	104	60	
Nota de prezentare	<p>Curriculum universitar la disciplina „Jocuri sportive” are menirea să-și aducă aportul la completarea studiilor liceale, finalitate prevăzută de Legea învățământului. Conținutul este axat pe traseul particular de învățare individuală or de grup, care corespund activității practice la ciclul I academic și trebuie să asigure acumularea cunoștințelor de cercetare și inovare care sunt alcătuite din cerințele de cunoaștere, aplicare și integrare ce în cele de urmă duc la perfecționarea cunoștințelor apoi la aplicarea noi și integrării curente, care în mod organic perfectează lanțul spiralic accesoriu al obiectului.</p> <p>Jocuri sportive sunt accesibile și spectaculoase, se bucură de o largă popularitate în rândul tineretului de pretutindeni, iată de ce ele au fost și rămân un compartiment de bază în pregătirea profesională a specialiștilor din domeniu.</p> <p>Principalele sarcini ale cursului sunt acumularea de către studenți a cunoștințelor teoretico-metodice a acestor jocuri sportive și formarea deprinderilor profesionale necesare.</p> <p>În afară de aceasta, programa presupune și acumularea cunoștințelor regulamentelor la diferite probe sportive cu referire la practicarea lor cât la nivelul de începătorilor, atât și la nivelul performanță.</p> <p>Lucrul instructiv-educativ a cursului de jocuri sportive se organizează sub forma de prelegeri, lecții metodic-practice și lucrul individual.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilor și echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor 						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>specifice de dirijarea și coordonare în domeniul jocurilor sportive;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire tehnică la „jocuri sportive”; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul jocurilor sportive; • Desfășurarea procesului instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării jocului dat în lume.</p>											
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive (tehnica, pregătirea metodică, procesul de instruire, acțiunile specifice); • să identifice metodele pedagogice și ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire ale jocurilor sportive; • să caracterizeze mijloacele inovatoare care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a procesului de antrenamente sportive cu scopul îmbunătățirii pregătirii tehnice ale jucătorilor; • să identifice aspectele specifice ale pregătirii tehnice a jucătorilor în ramura sportivă aleasă; • să caracterizeze procesul de pregătire tehnică a sportivilor de diferite vârste. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine procedurile tehnice din proba sportivă aleasă; • să elaboreze un plan de pregătire a unui jucător din proba aleasă; • să analizeze și să explice pregătirea tehnică a sportivului; • să determine metodica însușirii a elementelor tehnice principale din jocuri sportive; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu jucători și echipe de diferite vârste. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să explice esența și structura tehnicii jocului sportiv; • să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de pregătire tehnică; • să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a sportivului ce practică jocuri sportive; • să respecte particularitățile acestui gen de sport. 											
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>					<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">L/P</p>	<p align="center">LI</p>
<p align="center">1</p>		<p>Noțiuni generale despre conținutul jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)</p>	<p align="center">28</p>	<p align="center">16</p>	<p align="center">-</p>	<p align="center">-</p>	<p align="center">12</p>					
<p align="center">2</p>		<p>Sistematizarea acțiunilor tehnice ale jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)</p>	<p align="center">38</p>	<p align="center">-</p>	<p align="center">-</p>	<p align="center">26</p>	<p align="center">12</p>					
<p align="center">3</p>		<p>Determinarea și analiza a acțiunilor</p>										

	tactice în atac și apărare la jocul de (volei, baschet, fotbal, handbal).	38	-	-	26	12
4	Noțiuni din regulamentul ale jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)	38	-	-	26	12
5	Analiza practico-metodică a însușirii jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)	38	-	-	26	12
Total		180	16	-	104	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>patru lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p.</p> <p>2. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p.</p> <p>3. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p.</p> <p>4. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p.</p> <p>5. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism,</p>					

1986, 205 p.

6. Miu, Ș. Fotbal specializare. București: Editura Fundației Române de Mâne, 2001. 176 p. ISBN 973-582-335-7

7. Păcuraru A., "Volei. Tehnica și tactica". Editura fundației universitare "Dunărea de jos", Galați, 2002, 183p. ISBN 973-627-004-1

8. Sîrghi, S., Balint, Gh. Bazele teoretico-metodice ale jocului de fotbal. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2018, 202 p. ISBN 978-9975-68349-4.

9. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p.

Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФИС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Tehnologia fitness-aerobicii					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga/Craijdan Olga					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.04.O.26	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L/P-laborator/ practice, LI - lucrul individual)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia fitness-aerobicii” este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în fitness-aerobică capabili de a utiliza diverse elemente, pași, programe, tehnologii, regulile descrierii exercițiilor aerobicii, operarea cu terminologia sportivă a aerobicii, în cadrul activităților de fitness-aerobică, desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului fitnessului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul științelor sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnologiilor fitness-aerobicii, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de fitness-aerobică;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat la Tehnologia fitness-aerobicii, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessului și a programelor de recreare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice cu privire la legitățile principale ale organizării lecției antrenament de fitness-aerobică, ce se referă la acumularea unor tehnologii pedagogice a activității profesionale a specialistului în domeniul fitness-aerobicii; • Elaborarea și desfășurarea complexelor, programelor și acțiunilor de fitness-aerobică prin diverse tehnologii cu o tehnică pedagogică înaltă la viitorii specialiști în domeniul fitnessului; • Utilizarea diverselor metodologii de pregătire cu divers scop la „Tehnologia fitness-aerobicii” pentru instruirea viitorilor specialiști în domeniul fitnessului; • Proiectarea unor antrenamente de fortificare bazate pe utilizarea noilor metode și tehnologii apărute în domeniul diverselor programe noi a fitness-aerobicii; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament la fitness-aerobica. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului de fitness-aerobică în corespundere cu programul practicat; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul fitness-aerobicii; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a viitorului specialist în domeniu în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește centrele și fitness-cluburi unde este practică fitness-aerobica.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunile principale ale disciplinei Tehnologia fitness-aerobicii (de tehnologia pedagogică, de tehnologia de planificare a antrenamentelor la fitness-aerobica; - să cunoască esența metodei individuale pentru fiecare persoană în dependență de vârstă, sex, pregătire fizică, interese, atât în cadrul antrenamentului individual, cât și în cadrul lecțiilor în grup; - să cunoască caracteristica și conținutul aerobicii clasice, step-aerobicii, aerobicii de dans; - să cunoască organizarea și metodică desfășurării lecțiilor de aerobică. - să identifice frecvența cardiacă ca un criteriu al intensității efortului fizic în cadrul lecției de fitness-aerobică. - să cunoască particularitățile tehnologice de desfășurare a lecțiilor de aerobică cu contingentul diferit al practicanților. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze proiectele didactice pentru diferite probe de fitness-aerobică; ▪ să aplice tehnologia elaborării diverselor compoziții din diferite probe de fitness-aerobică prin diverse metode compoziționale; ▪ să aplice diverse principii metodice de organizare a antrenamentului de fitness aerobică; ▪ să aplice tehnologia planificării procesului de antrenament în aerobică. ▪ să efectueze lucrul cu utilajul și aparatele disponibile, precum și cu utilaj și aparate posibile în activitatea practică profesională, cu ajutorul materialelor demonstrative (desene, fișe, Power Point, video).

	<p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să realizeze sistematic activități de formare a calităților de personalitate, educarea abilităților cognitive; formarea abilităților organizatorice; educarea simțului responsabilității; însușirea adaptabilității; manifestarea inițiativei; însușirea interacțiunii sociale; însușirea aptitudinilor de comunicare a informației, a ideilor, a problemelor și a soluțiilor; implementarea cu acuratețe a metodicelor, a modelelor și tehnicilor asociate cu disciplina: Tehnologia fitness-aerobicii; ▪ să elaboreze un complex de fitness-aerobica, de step-aerobică, aerobica de dans și să demonstreze prin diverse metode compoziționale de alcătuirea a combinațiilor în fitness-aerobica: metoda liniară, bloc, adăugării, metoda „cap - coadă”; ▪ să elaboreze partea pregătitoare a antrenamentului de fitness-aerobic; ▪ să explice particularitățile tehnologice de desfășurare a lecțiilor de aerobică cu contingentul diferit al practicanților; ▪ să explice esența formării tehnologiei pedagogice a priceperilor și deprinderilor profesionale în domeniul fitness-aerobicii orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea unei lecții de antrenament. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	<p>Caracteristica ramurilor de bază ale aerobicii. Caracteristica și conținutul aerobicii clasice, step-aerobicii, aerobicii de dans; Structura și conținutul lecției de aerobică clasică. Caracteristica și conținutul step-aerobicii. Caracteristica și conținutul aerobicii de dans.</p>	34	3	14	17
	2	<p>Organizarea și tehnologia desfășurării lecțiilor de aerobică Organizarea și metodică desfășurării lecțiilor de aerobică. Frecvența cardiacă ca un criteriu al intensității efortului fizic în cadrul lecției de fitness-aerobică.</p>	32	6	10	16
	3	<p>Particularitățile tehnologice de desfășurare a lecțiilor de aerobică cu contingentul diferit al practicanților Particularitățile metodice desfășurării complexelor de aerobică pentru copii. Particularitățile desfășurării lecțiilor de aerobică cu persoane de vârstă matură și vârstnici. Particularitățile desfășurării lecțiilor de aerobică cu femei însărcinate.</p>	24	6	6	12
Total	90	15	30	45		
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda</p>					

	<p>Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri, lecții practice și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Aftimiciuc, O., Jurat, V. Aerobica. Teorie și metodică: manual. Chișinău: Valinex SRL, 2016. 298 p.</p> <p>2. Aftimiciuc, O., Aftimiciuc, V. <i>Teoria și metodologia fitnessului</i>. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p.</p> <p>a. Craijdan, O. Metodica folosirii aerobicii de fortificare în cadrul lecțiilor de educație fizică extracurriculare. În: Teoria și arta culturii fizice în școala. Chișinău: Editura Sirius Chișinău Republica Moldova, 2013. nr.2, p. 54-57. ISSN 1857-0615.</p> <p>3. Craijdan, O. Aerobica în cadrul orelor de educație fizică: Ghid metodic pentru profesori de educație fizică. Ghid metodic pentru profesori de educație fizică /Olga Craijdan. Chișinău: Tipogr. Valinex SRL, 2016. 52 c. ISBN 978-9975-68-286-2</p> <p>4. Hasband, R.W. The Effect of Musical Rhythms and Pure Rhythms on Bodily Sway // Journal of General Psychological, 1934, Nr.11.</p> <p>5. Gheorghe, D. Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia. București: FRSP, 1997, p. 10-34.</p> <p>6. Kulcsar, Ș. Gimnastica aerobică. Cluj-Napoca, 2000, p. 26-45.</p> <p>7. Stoenscu, G. Curs de gimnastică aerobică. București, 1998, 186 p.</p> <p>8. Афтимичук, О.Е. Формирование ритма дидактического общения у студентов институтов физической культуры: Дис. ... д-ра пед. наук. Кишинев, 1998. 300 с.</p> <p>9. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] О.Е.Афтимичук; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. К.:</p>	

„Valinex” SRL, 2011. 310 с.

10. Губанов, В.А. Проведение занятий гимнастикой с музыкальным сопровождением: Метод. разраб. для ст-тов ГЦОЛИФКа. М., 1980. 30 с.

11. Ильин, Е.П. *Психомоторная организация человека*: Учеб. для вузов /Е.П. Ильин. СПб.: Питер, 2003. 384 с

а. Казанцева, А.Ю. *Беременность и фитнес: до и после родов*. СПб.: Нева, 2003. 187 с.

12. Коджаспиров, Ю.Г. *Функциональная музыка в подготовке спортсменов*. М.: Физкультура и спорт, 1987. 64 с.

а. Колесникова, С.В. [Детская аэробика: методика. базовые комплексы \(школа развития\)](#). Ростов н/Д: Феникс, 2005. 157 с.

13. Крючек, Е.С. *Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: учебно-методическое пособие*. М.: ТерраСпорт, Олимпия Пресс, 2001. 64 с.

14. Купер, К. *Аэробика для хорошего самочувствия: Пер с англ. 2-е изд. доп., перераб.* М.: Физкультура и спорт, 1989. 224 с.

15. Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. *Аэробика: В 2 тт., Т. I. Теория и методика*. М.: Федерация аэробики России, 2002. 232 с.

16. Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. *Аэробика: В 2 тт., Т. II. Частные методики*. М.: Федерация аэробики России, 2002. 216 с.

а. Рахматов, А.И. *Степ-аэробика*. М.: МГПУ, 1996. 12 с.

б. Смирнова, И. *Фитнесс для будущей мамы*. СПб.: Вектор, 2006. 144 с.

17. Суетина, Т.Н. *Методические основы организации занятий по аэробике: Учеб.-метод. пособие*. Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета, 2005. 59 с.

18. Хоули, Эдвард Т., Френкс, Б. Дон. *Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Пер. с англ. А.Ященко и В.Левицкого*. Киев: Олимпийская литература, 2004. 375 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Programe de fitness-aerobică					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga/Craijdan Olga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.O.26	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L/P-laborator/ practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Programe de fitness-aerobică” este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în fitness-aerobică capabili de a utiliza diverse elemente, pași, programe, tehnologii, regulile descrierii exercițiilor aerobicii, operarea cu terminologia sportivă a aerobicii, în cadrul activităților de fitness-aerobică, desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului fitnessului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul științelor sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnologiilor fitness-aerobicii, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de fitness-aerobică;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat la „Programe de fitness-aerobică”, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessului și a programelor de recreare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice cu privire la legitățile principale ale organizării lecției antrenament de fitness-aerobică la diverse programe, ce se referă la acumularea unor tehnologii pedagogice a activității profesionale a specialistului în domeniul fitness-aerobicii; • Elaborarea și desfășurarea complexelor, programelor și acțiunilor de fitness-aerobică prin diverse tehnologii cu o tehnică pedagogică înaltă la viitorii specialiști în domeniul fitnessului; • Utilizarea diverselor metodologii de pregătire cu divers scop la „Programe de fitness-aerobică” pentru instruirea viitorilor specialiști în domeniul fitnessului; • Proiectarea unor antrenamente de fortificare bazate pe utilizarea noilor metode și tehnologii apărute în domeniul diverselor programe noi a fitness-aerobicii; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament la fitness-aerobica. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului de fitness-aerobică în corespundere cu programul practicat; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul fitness-aerobicii; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a viitorului specialist în domeniu în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește centrele și fitness-cluburi unde este practică fitness-aerobica.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească caracteristica și conținutul probelor ciclice ale fitness-aerobicii; - să cunoască caracteristica și conținutul probelor cardio ale fitness-aerobicii; - să cunoască esența metodei individuale pentru fiecare persoană în dependență de vârstă, sex, pregătire fizică, interese, atât în cadrul antrenamentului individual, cât și în cadrul lecțiilor în grup; - să argumenteze organizarea și metoda desfășurării lecțiilor de aerobică cu caracter de forță; - să cunoască clasificarea probelor aquatice de fitness-aerobica. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze proiectele didactice pentru diferite probe de fitness-aerobică; ▪ să aplice tehnologia elaborării diverselor compoziții din diferite probe de fitness-aerobică prin diverse metode compoziționale; ▪ să aplice diverse principii metodice de organizare a antrenamentului de diverse programe de fitness aerobică; ▪ să efectueze lucrul cu utilajul și aparatele disponibile, precum și cu utilaj și aparate posibile în activitatea practică profesională, cu ajutorul materialelor demonstrative (desene, fișe, Power Point, video). <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să realizeze sistematic activități de formare a calităților de personalitate, educarea abilităților cognitive; formarea abilităților organizatorice; educarea simțului responsabilității; însușirea adaptabilității; manifestarea inițiativei; însușirea interacțiunii sociale; însușirea aptitudinilor de comunicare a informației, a ideilor, a

	<p>problemelor și a soluțiilor; implementarea cu acuratețe a metodicilor, a modelelor și tehnicilor asociate cu disciplina: Programe de fitness-aerobică;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să modeleze metodică organizării și desfășurării fitness-antrenamentelor prin mijloacele cardio-programelor; ▪ programe: „Slide-aerobics”, „Fit-ball-aerobics”, „Terarobics”; ▪ programe: „Super Strong” („Super Sculpt”), „Pump-aerobics”, „Slim-Jim”, „Body forming”; ▪ să modeleze metodică organizării și desfășurării antrenamentelor de fitness-aerobică prin mijloacele programelor de forță; ▪ aqua-programe: swimming, aqua-jogging, aqua-step, aqua-dens, aqua-rhythmic, aqua-building, swimnastic, aqua-flipper, aqua-jim, aquatic-games; ▪ să elaboreze programe: Karate-aerobics, box-aerobics, tae-bo-aerobics, ki-bo-aerobics, kicks-aerobics, kangoo-jump; ▪ să elaboreze metodică organizării și desfășurării fitness-antrenamentelor prin mijloacele Yoga, Power-Yoga, Yoga-robica. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminare	LI
	1	Probele ciclice ale aerobicului Probele ciclice ale aerobicului: „Rope-Skipping”: clasificarea săriturilor (cu coarda scurtă și cu coarda lungă); Metodica învățării exercițiilor de rope-skipping. Probele cardio a aerobicului: Bicicleta eliptică; Banda de alergat; Banda de alergat; Ciclingul-Spinningul.	22	8	3	11
	2	Clasificarea aerobicului cu caracter de forță: Aerobicul cu hantere. Super Strong și Super Sculpt. Pump-aerobics. ABT (coapse, fese, abdomen). Caracteristica generală a sistemului Terarobics – aerobicul cu benzi elastice Fitball aerobica. Kangoo-jump	24	8	4	12
	3	Probele aquatice ale aerobicului Caracteristica și conținutul programei Aqua-gim și Aqua aerobică	12	4	2	6
	4	Aerobica cu elementele artelor marțiale și Combat Force. Clasificarea fitness-ului aerobic cu elementele artelor marțiale: Karate-aerobics, box-aerobics, tae-bo-aerobics, ki-bo-aerobics, kicks-aerobics, Combat Force. Particularitățile tehnice, mijloacele artelor marțiale aplicate în fitness-aerobică.	20	6	4	10
5	Particularitățile fitness-aerobicului de diferite direcții: Yogarobic Caracteristica generală a sistemului	12	4	2	6	

	Yoga. Hatha-Yoga – posturi corporale statice și dinamice – asane. Caracteristica și conținutul programei Yogarobica				
	Total	90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea finală				40%
	Nota evaluarea curentă				20%
	Nota de la activitatea la prelegeri, lecții practice și seminare				20%
	Nota lucrul individual				20%
Referințe bibliografice	<p>1. Aftimiciuc, O., Jurat, V. Aerobica. Teorie și metodică: manual. Chișinău: Valinex SRL, 2016. 298 p.</p> <p>2. Aftimiciuc, O., Aftimiciuc, V. <i>Teoria și metodologia fitnessului</i>. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p.</p> <p>3. Craijdan, O. Metodica folosirii aerobicii de fortificare în cadrul lecțiilor de educație fizică extracurriculară. În: Teoria și arta culturii fizice în școală. Chișinău:</p>				

- Editura Sirius Chişinău Republica Moldova, 2013. nr.2, p. 54-57. ISSN 1857-0615.
4. Craijdan, O. Aerobica în cadrul orelor de educație fizică: Ghid metodic pentru profesori de educație fizică. Ghid metodic pentru profesori de educație fizică /Olga Craijdan. Chişinău: Tipogr. Valinex SRL, 2016. 52 c. ISBN 978-9975-68-286-2
 5. Hasband, R.W. The Effect of Musical Rhythms and Pure Rhythms on Bodily Sway // Journal of General Psychological, 1934, Nr.11.
 6. Gheorghe, D. Sănătate prin sport pe înţelesul fiecăruia. Bucureşti: FRSP, 1997, p. 10-34.
 7. Kulcsar, Ş. Gimnastica aerobică. Cluj-Napoca, 2000, p. 26-45.
 8. Stoenescu, G. Curs de gimnastică aerobică. Bucureşti, 1998, 186 p.
 9. Афтимичук, О.Е. Формирование ритма дидактического общения у студентов институтов физической культуры: Дис. ... д-ра пед. наук. Кишинев, 1998. 300 с.
 10. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] О.Е.Афтимичук; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. К.: „Valinex” SRL, 2011. 310 с.
 11. Губанов, В.А. Проведение занятий гимнастикой с музыкальным сопровождением: Метод. разраб. для ст-тов ГЦОЛИФКа. М., 1980. 30 с.
 12. Ильин, Е.П. *Психомоторная организация человека*: Учеб. для вузов /Е.П. Ильин. СПб.: Питер, 2003. 384 с
 - а. Казанцева, А.Ю. Беременность и фитнес: до и после родов. СПб.: Нева, 2003. 187 с.
 13. Коджаспиров, Ю.Г. Функциональная музыка в подготовке спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1987. 64 с.
 14. Колесникова, С.В. [Детская аэробика: методика, базовые комплексы \(школа развития\)](#). Ростов н/Д: Феникс, 2005. 157 с.
 15. Крючек, Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: учебно-методическое пособие. М.: ТерраСпорт, Олимпия Пресс, 2001. 64 с.
 16. Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия: Пер с англ. 2-е изд. доп., перераб. М.: Физкультура и спорт, 1989. 224 с.
 17. Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. Аэробика: В 2 тт., Т. I. Теория и методика. М.: Федерация аэробики России, 2002. 232 с.
 18. Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. Аэробика: В 2 тт., Т. II. Частные методики. М.: Федерация аэробики России, 2002. 216 с.
 19. Милард, А.-М. Боевой фитнес для стройной фигуры. Тай-цзы, ки-бо, карате, айкидо / Серия „Фитнес-класс”. Ростов н/Д: „Феникс”, 2004. 224 с.
 20. Профит, Э., Лопез, П. [Аквааэробика. 120 упражнений](#). Ростов н/Д: Феникс, 2007. 128 с.
 21. Рахматов, А.И. Степ-аэробика. М.: МГПУ, 1996. 12 с.
 22. Сверчкова, О. Терраробика – новинка на стыке тысячелетий / Аэробика, 2000, № 3.
 23. Смирнова, И. Фитнес для будущей мамы. СПб.: Вектор, 2006. 144 с.
 24. Суетина, Т.Н. *Методические основы организации занятий по аэробике*: Учеб.-метод. пособие. Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета, 2005. 59 с.
 25. Хоули, Эдвард Т., Френкс, Б. Дон. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Пер. с англ. А.Яценко и В.Левицкого. Киев: Олимпийская литература, 2004. 375 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE</i>					
Denumirea cursului		Programe de fitness-forță					
Titularul cursului		Prodan Dumitru					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 04 A. 28	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, P/M- practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Programe de Fitness – Forță</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie psiho-motrice, moral-volitivă, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>În procesul de modernizare a curriculumului s-au luat în considerare următoarele aspecte:</p> <ul style="list-style-type: none"> • experiențele programelor anterioare din republica Moldova; • experiența în acest domeniu din alte state europene; • problema formării unor competențe integratoare la studenți, care să fie practicate în viața cotidiană; • contribuția fitness-ului de forță la dezvoltarea calităților fizice, parte componentă a sistemului de învățământ din republică și a competențelor-cheie; • contribuția disciplinei la formarea absolventului, în mod deosebit la competențe care vizează: comunicarea, participarea la rezolvarea problemelor comunității, învățarea eficientă, educația continuă; • noile oportunități de predare-învățare a disciplinelor de fitness forță; • necesitatea de integrare a disciplinelor de fitness forță cu alte discipline de studiu. <p>Pe parcursul studierii disciplinei, curriculum-ul propune familiarizarea studenților cu probleme legate de necesitatea și rolul fitness-ului de forță în societate. Noțiuni, definiții și generalități ale „Programelor”, Programe de fitness-forță. Programe de antrenament în fitness forță pentru arderea țesutului adipos. Programe de antrenament în fitness forță pentru creșterea masei musculare. Programe de</p>						

	<p>antrenament în fitness forță pentru creșterea indicilor de forță. Programe de antrenament în fitness forță pentru menținerea formei fizice. Caracteristica tipurilor noi de programe în fitness-forță. Temele de bază a curriculei date sunt axate pe aprofundarea cunoștințelor în domeniul programării corecte și eficiente a antrenamentelor de fitness-forță. Curriculum-ul de față își propune să stimuleze interesul pentru valorile naționale și universale, să asigure condiții în formarea personalității studentului pentru continuarea învățării după facultate și să utilizeze abilitățile formate în cadrul orelor de fitness forță în viața cotidiană.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează cadrelor didactice universitare, studenților, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Strategiile didactice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoștințe în noțiuni generale, generalități și deținerea „programe” • Cunoștințe în generalități și noțiuni „programe de fitness-forță” • Cunoștințe în domeniul program de antrenament pentru arderea țesutului adipos • Cunoștințe în domeniul program de antrenament pentru creșterea masei musculare • Cunoștințe în domeniul program de antrenament pentru creșterea indicilor de forță • Cunoștințe în domeniul program de antrenament pentru menținerea formei fizice • Cunoștințe în domeniul tipurilor noi de programe în fitness-forță. <p style="text-align: center;">Competențe transversale și transdisciplinare:</p> <p>Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p>Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. <p>Competențe acțional-strategice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. <p>Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. <p>Competențe interpersonale, civice, morale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor.

	<ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. <p>Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 																		
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Prin realizarea obiectivelor curriculare se dezvoltă un nou ciclu de competențe, deprinderi și abilități care se întemeiază pe achizițiile competențelor-cheie dobândite. Conform cerințelor actuale ale învățământului curricular, subcompetențele sunt elaborate în temeiul competențelor cheie definite prin rezultate ale învățării:</p> <p>Cunoaștere:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea efectelor pozitive a antrenamentelor programate corect; 2. Utilizarea cunoștințelor teoretice și practice specifice domeniului fitness-ului de forță; 3. Înțelegerea și utilizarea corectă a programelor de antrenament din fitness-ului de forță; 4. Înțelegerea și crearea corectă a programelor de antrenament de fitness-forță; 5. Cunoașterea și interpretarea programelor de antrenament din fitness-forță; 6. Determinarea acțiunilor necesare pentru formarea unui proces de antrenament efectiv. <p>Aplicare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aprecierea obiectivă a situațiilor, faptelor și proceselor în timpul programării antrenamentelor de fitness-forță; 2. Utilizarea corectă a programelor de antrenament din cadrul fitness-ului de forță; 3. Demonstrarea capacității de inovare în aplicarea metodelor tradiționale de studiu al fitness-ului de forță; 4. Formularea și susținerea argumentelor proprii în programarea antrenamentelor din domeniul fitness-ului de forță. <p>Integrare:</p> <ol style="list-style-type: none"> a). <i>Autonomie și responsabilitate:</i> executarea responsabilă a sarcinilor de studii în condițiile unei autonomii restrânse și asistență calificată; să demonstreze creativitate în elaborarea proiectelor de cercetare, utilizând inovativ un spectru variat de metode calitative și cantitative. b). <i>Capacitatea de a învăța:</i> să evalueze în mod consecvent propriul proces de învățare; să-și identifice nevoile de formare. c). <i>Competențe sociale și de comunicare:</i> să manifeste atitudini pozitive față de impactul fitness-ului de forță asupra dezvoltării societății; să demonstreze comportamente democratice și respect față de valorile general-umane; să exprime o viziune personală asumată asupra lumii, care să reflecte solidaritatea cu ceilalți; să se familiarizeze cu rolurile și activitățile specifice muncii în echipă și cu distribuirea de sarcini între membri pe nivele subordonate. d). <i>Competențe profesionale:</i> competența de a păstra și de a aprecia patrimoniul național și local în context universal, prin realizarea activităților specifice profesiei; să conștientizeze nevoia de formare continuă, utilizare eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru dezvoltarea personală și profesională. 																		
	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="483 1854 563 1921">Nr. d/o</th> <th data-bbox="563 1854 1107 1921">Tematica disciplinei</th> <th data-bbox="1107 1854 1195 1921">Total</th> <th data-bbox="1195 1854 1289 1921">Curs</th> <th data-bbox="1289 1854 1406 1921">Seminar</th> <th data-bbox="1406 1854 1538 1921">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="483 1921 563 2018">1</td> <td data-bbox="563 1921 1107 2018">Noțiuni, definiții, generalități „program”, program de antrenament de fitness-forță</td> <td data-bbox="1107 1921 1195 2018">6</td> <td data-bbox="1195 1921 1289 2018">2</td> <td data-bbox="1289 1921 1406 2018">1</td> <td data-bbox="1406 1921 1538 2018">3</td> </tr> <tr> <td data-bbox="483 2018 563 2092">2</td> <td data-bbox="563 2018 1107 2092">Programe de antrenament pentru arderea țesutului adipos</td> <td data-bbox="1107 2018 1195 2092">18</td> <td data-bbox="1195 2018 1289 2092">6</td> <td data-bbox="1289 2018 1406 2092">3</td> <td data-bbox="1406 2018 1538 2092">9</td> </tr> </tbody> </table>	Nr. d/o	Tematica disciplinei	Total	Curs	Seminar	LI	1	Noțiuni, definiții, generalități „program”, program de antrenament de fitness-forță	6	2	1	3	2	Programe de antrenament pentru arderea țesutului adipos	18	6	3	9
Nr. d/o	Tematica disciplinei	Total	Curs	Seminar	LI														
1	Noțiuni, definiții, generalități „program”, program de antrenament de fitness-forță	6	2	1	3														
2	Programe de antrenament pentru arderea țesutului adipos	18	6	3	9														

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	3	Programe de antrenament pentru creșterea masei musculare	18	6	3	9
	4	Programe de antrenament pentru creșterea indicilor de forță	18	6	3	9
	5	Programe de antrenament pentru menținerea formei fizice	14	5	2	7
	6	Tipuri noi de programe de fitness-forță	16	5	3	8
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>trei lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<p>1. AFTIMICIUC, OLGA. Fitness: teorie și metodică / Olga Aftimiciuc, Marin Chirazi. – Iași: PIM, 2012. ISBN 978-606-13-0737-1.</p> <p>2. Aplicarea cunoștințelor din fiziologie și medicină sportivă în practică sporturilor / A. Mariș, A.A. Mariș, V. Manolachi [et. al.]. – Ch.: Editura USEFS, 2011. – 214p. ISBN 978-9975-4077-8-6.</p> <p>3. BOMPA, TUDOR O. Periodizarea antrenamentului sportiv: planuri științifice pentru forță și condiția fizică pentru 20 de discipline sportive / prof. univ. dr. Tudor O. Bompă, Michael C. Carrera. – Mușătești: Tana, 2006. ISBN (10) 973-</p>					

87111-3-4.

4. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ANATOMIA ȘI FIZIOLOGIA OMULUI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 1. ABC Fitness School, - 2014. – 130p.

5. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. CHIMIE ALIMENTARĂ. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 2. ABC Fitness School, - 2015. – 58p.

6. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ALIMENTAȚIA ÎN DIFERITE BOLI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 3. ABC Fitness School, - 2015. – 73p.

7. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. TERAPII COMPLEMENTARE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 4. ABC Fitness School, - 2015. – 69p.

8. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. Principiile alimentare și valoarea nutritivă. Alimentația în diferite perioade ale vieții. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 5. ABC Fitness School, - 2014. – 124p.

9. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. PSIHO-NUTRIȚIE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 6. ABC Fitness School, - 2015. – 70p.

10. CHIRAZI, MARIN. Culturismul în școală – Importanță, practicare, efecte, cunoaștere / Marin CHIRAZI, Cătălin Constantin IOAN. – Iași: Performantica, 2007. ISBN 978-973-730-396-7.

11. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR AEROBIC-FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 213p.

12. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR DE FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 186p.

13. PANAEV, MIHAIL. Masajul în afecțiunile aparatului locomotor / Mihail Panaev; trad.: Maria Sîrghie. – București: Rovimed Publishers, 2014. ISBN 973-7719-11-5.

14. PLATONOV, VLADIMIR. Periodizarea antrenamentului sportiv: teoria generală și aplicațiile ei practice / V.N. Platonov – București: Discobolul, 2015. ISBN 978-606-8603-10-0

15. Urso, Antonio. Weightlifting. Sport for all sports. Calzetti-Mariucci Editori di Roberto Calzetti Editore srl. – 2014. – 296p. ISBN 978-88-6028-359-7.

16. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин. – Минск: Харвест, 2009. – 160с. ISBN 978-985-16-6059-5.

17. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] / О.Е. Афтимичук; Гос. Ун-т физ. Воспитания и спорта. – К.: "Valinex" SRL, 2011. – 310p. ISBN 978-9975-68-179-7.

18. Батырев М., Батырева Т. Спортивное питание. — СПб.: Питер, 2005. — 144 с.: ISBN 5-469-00616-6

19. Бомпа, Тудор О. Серьезный силовой тренинг: пер. с англ. / Тудор О. Бомпа, Мауро Ди Паскуале, Лоренцо Дж. Корнаккиа. – М.: АСТ; Астрель, 2010. – 303. ISBN 978-5-17-061813-2.

20. Борисова О.О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации [Текст]: учеб.-метод. пособие / О. О. Борисова. - М.: Советский спорт, 2007. - 132 с. ISBN 978-5-9718-0220-4

21. Бражник А.Л. Эффективные методики развития силы. Атлетическая подготовка, армрестлинг, пауэрлифтинг – Харьков: ФЛП Дудукчан И.М., 2010. – 264с. ISBN 978-966-8472-58-9.

22. Шейко Б.И. Пауэрлифтинг. Учебное пособие, М.: 2005. – 544с. ISBN 5-93216-114-0.

23. Шейко Б. И., Горулев П. С., Румянцева Э. Р., Цедов Р. А. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. - Москва, 2013. - 560 с. ISBN 978-5-906299-05-5.

24. Шестопалов С.В. Бодибилдинг: школа чемпионов. – Ростов н/Д: Издательский дом «Владис», 2003. – 192с. ISBN 5-94194-065-3.

25. Эванс, Н. Анатомия бодибилдинга / Н. Эванс; пер. с англ. С.Э. Борич. – Минск: «Попурри», 2008. – 192с. ISBN 978-985-15-0110-2.

26. Эдворт Т. Хоули, Б. Дон Фрэнкс. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. Олимпийская литература, Киев – 2004. – 375с. ISBN 966-7133-65-6.

27. Юрген Хартманн/Харольд Тюннеманн. Современная силовая тренировка. Шпортферлаг Берлин. – 1988. – 335с. ISBN 3-328-00366-5.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Sporturi de lupte					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 29	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedrapsi@mail.r u	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	65	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Sporturi de lupte” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul fitness-ului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul fitness-ului capabili de a demonstra capacități intelectuale, fizice profesionale pentru orientarea în cadrul activităților profesionale desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului în sistemul de fitness prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul profesional prin implicarea acestuia în activități motrice ce presupun cunoașterea diferitor mijloace din diferite sporturi de lupte;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p>						

	<p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitness-ului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Completarea profilului viitorului specialist, prin îmbogățirea cunoștințelor teoretico-metodice și a deprinderilor practice cu mijloace specifice din lupte. • Aplicarea fundamentelor teoretico-practice în organizarea activităților motrice în cadrul secțiilor și cercurilor cu elevii de diferite vârste aplicând metode de joc specifice sporturilor de lupte tradiționale; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a procesului de antrenament; • Utilizarea metodologiilor de dezvoltare fizică prin aplicarea mijloacelor din sporturile de lupte. • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor de joc din sporturile de lupte tradiționale cultivând valorile naționale; • Aplicarea diferitor mijloace din sporturi de lupte pentru dezvoltarea fizică generală și menținerea sănătății. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul activității motrice profesionale în corespundere cu scopul și obiectivele înaintate; • Aplicarea acțiunilor tehnice în corespundere cu specificul probei; • Formarea capacităților de a utiliza mijloace specifice sporturilor de lupte marțiale în procesul de recrearea organismului.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei sporturilor de lupte (tradiționale, aplicative, sportive și sportiv-combative); ▪ să identifice tipurile de sport de lupte; ▪ să caracterizeze tipurile de lupte; ▪ să identifice mijloacele generale și speciale în sporturile de lupte; ▪ să identifice jocurile speciale și cu caracter tradițional; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire fizică generală, specială, tehnică și tactică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine exercițiile fizice speciale și generale specifice unui tip de lupte; ▪ să elaboreze un proiect didactic în cadrul lecției de lupte; ▪ să analizeze și să explice aplicarea mijloacelor din sporturi de lupte în resrearea organismului; ▪ să determine o luptă cu caracter tradițional și reprezentare particularitățile acestuia; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul procesului de pregătire pentru diferite activități sportive, dar și pe traseele profesionale cu diferite categorii de vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura lecției de antrenament prin aplicarea mijloacelor din sporturilor de lupte; ▪ să îmbine exercițiile fizice generale și speciale în procesul de recreare; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru aplicarea mijloacelor din sporturilor de lupte în sistemul de fitness la diferite vârste;

	▪ să dezvolte valorile morale și particularitățile artelor marțiale pentru un respect și dezvoltare măiestrie de sine.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Istoria și apariția sporturilor de lupte.	4	2		2
	2	Știința sporturilor de lupte, legile activităților motrice speciale în dezvoltarea lor.	2	2	4	2
	3	Tradițiile de comportare în sală sportivă, profilaxia traumatismului la lecțiile în sporturile de luptă.	4	2		2
	4	Rolul sporturilor de lupte în societate. Sporturi de lupte Olimpice și ne Olimpice.	2	2		
	5	Clasificarea și sistematizarea sporturilor de luptă (tradiționale, sportive, aplicative și sportiv-combative).	5	2		2
	6	Clasificarea sistemelor de sănătate din est și impactul lor asupra corpului uman.	4	2		2
	7	Avantajele gimnasticii orientale în comparație cu sporturile de contact europene.	4	2		2
	8	Evaluarea cunoștințelor pe teme 1-7	2		2	
	9	Tipuri și conținutul lecțiilor în sporturile de luptă.	4		2	2
	10	Tradițiile popoarelor prin prisma luptelor naționale, diferența stilurilor de lupte.	5		4	2
	11	Învățarea sistemelor de asanare Taebō, Freestyl.	12		8	4
		Învățarea exercițiilor speciale în Taebō, dezvoltarea capacităților de coordonare.	12		8	2
	12	Analiza istorico-genetică și generalizarea teoretică a sistemelor asiatice de întremare a sănătății (Ușu, Ţigun).	8		10	2
	13	Particularitățile dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din lupte sportive și tradiționale luptei Trînta.	8		8	2
	14	Jocuri dinamice, ștafete, jocuri specifice sporturilor de lupte Trînta „Cel mai Bun Gospodar”.	6		2	2
15	Însușirea elementelor acrobatice specifice sporturilor de lupte. Învățarea metodicii și complexelor de exerciții din sistemul de lupte naționale Trînta.	8		4	2	
16	Învățarea tehnicii de luptă în picioare și la sol.	6		6	2	
17	Metodologia învățării exercițiilor speciale și procedeele tehnico-tactice	6		2	2	

		utilitar-aplicative în sporturile de luptă.				
	18	Bazele instruirii exercițiilor speciale și procedeele tehnice în sporturile de luptă.	6		2	2
	19	Mijloacelor din sporturi de luptă aplicate în educație fizică.	6		2	2
	20	Evaluarea cunoștințelor pe teme 1-7	6		2	2
	Total		120	14	66	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminare/lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub <i>două</i> forme petrecute în cadrul orelor de curs, seminare, teoretice și lucrări individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>teste practice</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile motrice ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere greco-romane: Curs de bază/ Ilie Chirtoacă, Alexei Postolachi, Alexandr Chirtoacă. Chișinău, 2016. 161 c. (ISBN 978-9975-68-027-1)</p> <p>2. Ciorbă Gh., Genunchi C., Polevaia-Secăreanu A. Semnificația mijloacelor și tehnicilor tai chi chuan privind tratarea durerilor de spate. În: Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studentesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 172-180. (ISBN 978-9975-4452-8-3)</p> <p>3. Manolachi V.G. Sporturi de luptă – teorie și metodică. INEFS. Chișinău:</p>					

F.E.P., 2003. 400 p.

4. Rabovol O., Tripac C., Polevaia-Secăreanu A. Tratatamentul afecțiunilor respiratorii prin intermediul artelor marțiale chinezești. În: Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studentesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 193-201. (ISBN 978-9975-4452-8-3)

5. Афтимичук О.Е., Мруц И.Д., Полевая-Секэрянэ А.Г. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова. Монография: Кишинев: Б.и. 2013 (Tipogr., Valinex SRL). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5)

6. Абаев, Н.В. Лечебная гимнастика у-шу: Комплекс из 18-ти упражнений. 1990. 52 с.

7. Гагонин, С.Г. Развитие теории и практики физической культуры путем обобщения опыта боевых искусств востока: Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04: СПб., 1998. 432 с.

8. Куванов В.А. Взаимосвязь прочности освоения двигательных действий и уровня развития координационных способностей юных борцов: Дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2005. 196 с.

9. Лейкин, С.Ф. Особенности психологической подготовки в циньна и шуайцзяо. В: Юбилейная научно-методическая конференция, посвященная 100-летию Академии: Матер. конф. СПб, 1996, с. 52-55.

10. Панченко, Г.К. (ред.) История боевых искусств. Колыбель цивилизаций. М.: Олимп; ООО „Изд. АСТ”, 1996. 480 с.

11. Полевая-Секэрянэ А.Г., Афтимичук О.Е. Интенсификация учебно-тренировочного процесса дзюдоистов средствами ритмического воспитания и музыки: Монография. Chișinău.: "Valinex" SA, 2015. 174 p. (ISBN 978-9975-68-270-1)

12. Полевая-Секэрянэ А. Сравнительная характеристика занятости населения различными видами единоборств в Молдове и Германии. В: Материалах IV Международной научно-практической конференции молодых ученых: Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма. Минск, БГУФК 21 апреля 2011.с.130-133 (ISBN 978-985-6953-69-2)

13. Полевая-Секэрянэ А. Женские силовые виды спорта и единоборства: за и против. În: Sporirea prestigiului și a rolului femeii în sport: seminar metodico-științific regional. Chișinău, Editura USEFS, 2009, p.83-87.

14. Стулова, Э.С. Даосская практика достижения бессмертия. Из истории традиционной китайской идеологии. В: Сборнике статей. М.: Наука, 1984, с. 230-270.

15. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова: Стратегическое направление: Восстановление человеческого, природного ресурса, информации об устойчивом развитии: / Афтимичук О.Е., Мруц И.Д., Полевая-Секэрянэ А.Г. Монография: Высший Совет по Науке и Технологии Развития Акад. Наук Молдовы. Кишинев: 2013 (Tipogr., Valinex SRL). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5)

16. Тумаян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. I / Препедевтика. Москва: Советский спорт, 1997. 280 с.

17. Тумаян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. II / Кинезиология и психология. Москва: Советский спорт, 1998. 280 с.

18. Шулика Ю.А. и др. Дзюдо. Система и борьба: Учебник для СДЮШОР, спортивных фак-тов пед. ин-тов, техникумов физ. культуры и училищ олимпийского резерва / Ю. А. Шулика [и др]. Ростов н/Д: Феинкс, 2006. 800 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Bazele statului și dreptului					
Titularul cursului		Manolachi Victor/ Pîrlii Inna					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 05 A. 30	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare sociumanistică)							U
Catedra	Drept	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	usefs-drept@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Bazele statului și dreptului”, se adresează studenților USEFS din anii care au cuprins în planul de învățământ aceste discipline didactice.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul de profil.</p> <p>Cursul „Bazele statului și dreptului” reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculumul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ.</p> <p>Disciplina „Bazele statului și dreptului” este o parte componentă a sistemului general de pregătire a studenților, făcând parte din grupul științelor sociale, politice, juridice etc.</p> <p>Introducerea în drept se constituie în disciplina, care predînduse în primul an de studii:</p> <ul style="list-style-type: none">- realizează o deschidere către toate celelalte ramuri și discipline juridice, făcîndcă , de la început, studenții să aibă, în linii mari, imaginea a ceea ce urmează să însușească în cei patru ani de studiu;- tinde de la formarea deprinderii studenților de a concepe, studia și apoi, a aplica dreptul în contextul cunoașterii cadrului mai general, interrelațional uman în diploma cunoștință asupra strînsei legături dintre drept și societate, dintre drept și viață;- asigură o bază de cunoștințe necesară celor ce avînd preocupări și înclinații spre cercetare, vor încerca să aprofundeze aspecte filosofice ale dreptului;						

	<p>-în sfinalșit disciplina formează deprinderea la studenți de a urmări ceea ce este esențial în și pentru drept, de a încerca ei însși esențializări și de a depista și înțelege marile articulații ale dreptului ca fenomen și știință.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe de comunicare într-o limbă străină <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de comunicare într-o limbă străină. • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții. 4. Competențe acțional-strategice <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția societății 5. Competențe interpersonale, civice, morale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni cunoștințe și abilități de antreprenoriat în condițiile economiei de piață în scopul autorealizării în domeniul antreprenorial. • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> - să demonstreze cunoașterea instituțiilor juridice și esența normelor juridice ce le reglementează; - să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute; - să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice; - să evalueze locul și rolul dreptului din perspectiva propriei specialități; - să definească, conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu; - să cunoască esența, conceptul și trăsăturile statului; - să cunoască conceptul, esența și accepțiunile noțiunii de drept; - să determine mecanismul de stat; - să identifice principiile de bază ale unui stat de drept; - să sistematizeze drepturile și îndatoririle fundamentale ale cetățeanului într-un stat de drept; - să identifice ramurile de drept și esența lor; - să analizeze, să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează activitatea - specialistului în domeniul securității; - să explice noțiunile și principiile ce stau la baza statului și dreptului;

	<ul style="list-style-type: none"> - să analizeze și să definească principiile (legile) ce stau la baza statului și dreptului; - să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele de criză, legitățile, particularitățile de acțiune a fiecăruia; - să stabilească locul și rolul dreptului în contextul altor științe juridice; - să aprecieze importanța ramurilor de drept în evoluția științelor juridice; - să aprecieze locul și importanța unor norme și instituții a ramurilor de drept penal, civil, administrativ în comparație cu celelalte ramuri de drept; - să propună noi opinii, concepții benefice pentru ameliorarea conținutului normelor sau instituțiilor ramurilor de drept. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Bazele teoriei generale a statului	5	2	1	2
	2	Bazele teoriei generale a dreptului	5	2	1	2
	3	Raportul juridic. Relațiile juridice sportive.	5	2	1	2
	4	Răspunderea juridică a subiectului de drept.	7	2	1	4
	5	Cunoștințe și priceperi în elaborarea și aplicarea legislației sportive. Aplicarea normei în timp și spațiu.	7	2	1	4
	6	Aspecte generale privind unele ramuri de drept public	5	2	1	2
	7	Aspecte generale privind unele ramuri de drept privat.	7	2	1	4
	8	Aspecte generale cu privire la dirijarea culturii fizice și sportului în R.M	7	2	1	4
	9	Reglementarea juridică a organizațiilor sportive internaționale	7	2	1	4
	10	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă națională	5	2	1	2
	11	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă europeană	5	2	1	2
	12	Carta olimpică- statutul de bază în funcționarea mișcării olimpice	5	2	1	2
	13	Jurisdicția sportivă	6	2	1	3
	14	Arbitrajul în sport	7	2	1	4
15	Drepturile cetățenilor în domeniul culturii fizice și sportului	7	2	1	4	
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale securității. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele istorice studiate să fie cît mai accesibile studenților. În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atît strategii tradiționale, cît și moderne: <i>expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecata în triadă, jocul de rol etc.</i></p>					

	<p>Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gândirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor studenților.</p> <p>Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, hărți, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media).</p> <p>Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor– student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a educației culturale.</p> <p>Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de <i>demers didactic postmodern</i> are un sens amplu și multidimensional, incluzînd, în primul rînd, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățămîntul universitar) și, în al doilea rînd, nivelul microdidactic (ora didactică).</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare–învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.</p> <p>Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.</p> <p>Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina <i>Bazele statului și dreptului</i> constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.</p> <p>În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedeelelor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare-notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise;</i> • <i>măsurarea rezultatelor școlare prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit;</i> • <i>aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate;</i> • <i>formularea unor concluzii impuse de interpretarea rezultatelor;</i> • <i>adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.</i> <p>În procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de studenți.</p> <p>În cadrul orelor Bazele statului și dreptului, evaluarea va îndeplini mai multe funcții, printre care:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>funcția de evidență și control a activității didactice;</i> • <i>funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;</i> • <i>funcția formativă, care este rezultată a înțelegerii de către evaluați a nivelului la care se află în momentul evaluării;</i> • <i>funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.</i> <p>În cadrul procesului educațional deosebit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea internă, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea</i>

	<p>instituției;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea externă</i>, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățămînt, Ministerul Educației. <p>În funcție de scopurile urmărite, vom aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i> care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. <p>Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului <i>Bazele statului și dreptului</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p style="text-align: center;">I. Acte normative</p> <p>1. Constituția R.M. din 29.07.1994// Monitorul Oficial al R.M., 1994, nr.1.</p> <p>2. Codul Penal al Republicii Moldova nr. 985 din 18.04.2002, Publicat: 14.04.2009 în Monitorul Oficial Nr. 72-74, art Nr: 195 (http://lex.justice.md/md/331268/)</p> <p>3. Codul Civil al Republicii Moldova Nr. 1107 din 06.06.2002, Publicat: 22.06.2002 în Monitorul Oficial Nr. 82-86 art Nr: 661(http://lex.justice.md/md/325085/)</p> <p>4. Codul Muncii al Republicii Moldova Nr. 154 din 28.03.2003, Publicat: 29.07.2003 în Monitorul Oficial Nr. 159-162 art Nr: 648 (http://lex.justice.md/md/326757/)</p> <p>5. Codul Contravențional Republicii Moldova Nr. 218 din 24.10.2008, Publicat : 16.01.2009 în Monitorul Oficial Nr. 3-6 art Nr : 15 Data intrării in vigoare: 31.05.2009 (http://lex.justice.md/md/330333/)</p> <p>6. Declarația Universală a Drepturile Omului, adoptată și proclamată de Adunarea Generală a ONU prin rezoluția 217 (III) din 10 decembrie 1984.</p> <p style="text-align: center;">II. Literatura recomandată</p> <p>1. Anghel Ion M. Dreptul tratatelor. Ed. II, București:</p> <p>2. Aramă E. Istoria dreptului românesc. Chișinău: S.A. Reclama, 2003.</p> <p>3. Aramă E. Problema precedentului în doctrina juridică. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința internațională științificopractică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”, Chișinău, 29 septembrie 2007, p. 15</p> <p>4. Arseni A. Creangă I., Gurin C. și alții. Constituția Republicii Moldova comentată articol cu articol. Vol. I. Chișinău: Civitas, 2000.</p> <p>5. Avornic Gh. Caracteristicile unei societăți civile, democratice. Noțiunea și principiile de bază ale democrației. În: Revista Națională de Drept. 2006, nr.12, p. 2-6.</p> <p>6. Avornic Gh. Conștiința și cultura juridică –condiție indispensabilă a activismului juridic al cetățenilor. În: Revista Națională de Drept. 2006. Nr. 2, p. 17.</p> <p>7. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. I. Chișinău:</p>	

Tipografia Centrală, 2009.

8. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. II. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009.

9. B.Negru., G.Avornic Bazele statului și dreptului. Chișinău, 1999.

10. Baieș S., Drept Civil. Partea generală, Chișinău, 1997.

11. Baltag D Teoria raspunderii si responsabilitatilor juridice Chisinau 2007

12. Baltag D. Unitatea de jurisprudență și forma ei obligatorie în evoluția răspunderii de drept. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința internațională științifico-practică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”. Chișinău, 29 septembrie 2007, p.31-37.

13. Baltag D., Guțu A. Teoria generală a dreptului. Curs teoretic. Chișinău: Reclama, 2002.

14. Baltag D., Guțu A., Teoria generală a dreptului, Chișinău, 2002.

15. Baltag Dumitru. Teoria generală a dreptului. Cimișlia: TIPCIM, 1996.

16. Belu C., Dreptul muncii, Ed. Universitaria, Craiova, 2007.

17. Budevici-Puiu Liliana, Dorgan Viorel., „Bazele statului și dreptului. Legislație în sport, Chișinău, 2004.

18. Chimpu Ș., Țiclea A., Dreptul muncii, București, 1995.

19. Crețu V., Bazele statului și dreptului R.M, „Cartier”, Chișinău, 1997.

20. Djuvara M., Teoria generală a dreptului, București, 1995.

21. G.Lupu., G. Avornic Teoria generală a statului și dreptului. Chișinău, 1998.

22. Miculescu P., Statul de drept., București, 1998.

23. Orlov M., Drept administrativ, Chișinău, 2001.

24. Traian I. Ștefanescu., Tratat de dreptul muncii, Ed. Walters Kluwer, București, 2007.

25. Vrabie G., Teoria generală a statului și dreptului, Iași, 1993.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Bazele teoriei economice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei/ Volcu Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 05 A. 32	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculumul disciplinar la "Bazele teoriei economice" este un document normativ pentru pregătirea specialiștilor în domeniul de formare profesională <i>Științe ale sportului</i>. Economia formulează legi și principii care sunt folosite nu numai pentru a explica, ci și pentru a prognoza producerea unor fapte și fenomene, precum și pentru a influența desfășurarea lor. Înțelegerea legilor, principiilor economice contribuie la formarea capacităților de anticipare, de identificare a soluțiilor pentru atenuarea consecințelor negative provocate de factori destabilizatori.</p> <p>O etapă importantă în pregătirea viitorilor specialiști este componenta economică, deoarece ea reprezintă baza oricărei activități umane. Adaptarea la noile condiții ale pieței presupune cunoașterea factorilor ce determină procesele și fenomenele economice precum și conceptele fundamentale ale economiei: nevoile umane, cererea, oferta, echilibrul pieței, echilibrul consumatorului, echilibrul producătorului, productivitatea factorilor de producție, costurile de producție și posibilitatea obținerii profitului, piețele concurențiale etc. În aceste circumstanțe disciplina " Bazele teoriei economice " este esențială în formarea viitorilor specialiști din domeniul Științe ale sportului, specialitatea <i>Fitness și programe de recreare</i>.</p> <p>Structura cursului este elaborată, ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de <i>la Bologna</i>.</p> <p>Pentru studenții de la secția de zi planul de studii prevede 45 ore audioriale din care 30 curs și 15 ore seminar și 45 ore individuale. Studiarea disciplinei „Bazele teoriei economice” prevede acumularea a 3 credite. Pe parcursul semestrului studenții susțin 3 testări. De asemenea la fiecare lecție studenților li se propune un anumit lucru individual : analiza unui proces sau fenomen economic, delimitarea și definirea anumitor categorii economice, soluționarea testelor și a problemelor și elaborarea unui</p>						

	referat, tematica cărora a fost elaborată și aprobată la ședința catedrei Managementul Culturii Fizice. Semestrul se finalizează cu examen, materialele cărora cuprind toată informația studiată pe parcursul semestrului.
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne în activitatea profesională; • Analiza rolului economiei în dezvoltarea sportului de asanare și de performanță; • Familiarizarea cu elementele de bază ale economiei adecvate în diverse situații profesionale și de viață; • Utilizarea diverselor metode de cercetare științifice; • Cunoașterea cadrului legislativ de inițiere a organizațiilor sportive.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine obiectivele de studiu al disciplinei; - să definească conceptele de bază despre activitatea economică; - să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; - să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; - să cunoască principalele modele macroeconomice; - să definească conceptele de bază ale activității economice la nivel microeconomic; - să identifice relațiile dintre principalele variabile macroeconomice și raporturile stabile între acestea; - să cunoască esența principalelor componente monoeconomice și relațiilor dintre sistemului economic național și internațional. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să evidențieze factorii specifici de identificare a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; - a clasifica premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială și diverse condiții spațiale geografice; - să identifice forțele motrice de dezvoltare economică la divers nivel de dezvoltare ale forțelor de producție și grad de dezvoltare social umană; - să definească principiile (legile) ce stau la baza activității economice eficiente; - să argumenteze prin analiză comparativă a diverselor modele de echilibru între eficiența economică și echitatea socială pentru a evidenția variantele prioritare de organizare economică în diverse condiții de disponibilități de resurse și pregătire profesională a lucrătorilor; - să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; - să demonstreze modele eficiente de orientare practică a oamenilor și alegerea priorităților economice coordonate funcțional cu opțiunile general umane; - să determine esența activității microeconomice; - să utilizeze modele macroeconomice în studierea proceselor și fenomenelor macroeconomice; - să analizeze legăturile dintre procesele de constituire și dezvoltare a economiei mondiale și procesele de evoluție a complexelor economice naționale spre economia deschisă. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; - să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; - să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în

diverse condiții de activitate umană.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Știința economică și doctrinele economice.	11	4	1	6
	2	Activitatea economică și agenții economici.	12	4	2	6
	3	Factorii de producție	6	2	2	3
	4	Costul de producție	6	2		3
	5	Economia instituțională. Sistemele de organizare a activității economice.	6	2	2	3
	6	Statul în economie	6	2	2	3
	7	Piața și elementele ei.	6	2		3
	8	Prețul și concurența.	6	2	2	3
	9	Banii. Creditul și sistemul bancar.	6	2		3
	10	Recompensarea factorilor de producție și formele veniturilor	6	2	1	3
	11	Macroeconomia și principalii indicatori.	6	2	2	3
	12	Întreprinderea și antreprenoriatul	6	2		3
	13	Economia mondială. Interdependențele economice internaționale.	7	2	1	3
	Total			90	30	15
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</i></p>					
Strategii de evaluare	<p>Activitatea evaluativă va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei. Forma de evaluare finală o reprezintă examenul oral bazat pe bilete de evaluare.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Ambrosi, N., Budevici-puiu, A., Carp, A., Cușneriov, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului</i>. Curs universitar pentru alolingvi. USEFS Chișinău: S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0.</p> <p>2. Carp A., Budevici-Puiu A. <i>Economia culturii fizice</i>. Chișinău 2016. 190 p.</p>					

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">3. Hămuraru M., Capsîzu V., Țăruș V., Teorie economică. Microeconomie, CEP USM, Chișinău, 2010;4. Cojuhari A., Umanet V. Bazele Teoriei Economice, ed. Universitas, Chișinău, 1993;5. Gherasim T. Microeconomie (voi. I-II). Ed. Economica, București, 1993.6. Gogoneață C, Gogoneață A. Economia politică. Teorie micro și macroeconomică, politici economice, București, 1993.7. Moldovanu D. Curs de Teorie Economică, Chișinău 2006.8. Oprescu G. Microeconomie, macroeconomie. Ed. ALL, București, 1993.9. Stancu S., Andrei T. Microeconomie. București, 1997.10. V. Zbârțog. Macroeconomie. Chișinău, 1998.11. V. Zbârțog. Microeconomie (teoria și aplicații). Chișinău, 1996. |
|--|--|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Economica culturii fizice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 05 A.33	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Economia culturii fizice și sportului este o disciplină aplicată care face parte din complexul de științe economice care studiază activitățile economice ale entităților economice individuale și ale societății în ansamblu pentru a înțelege și explica natura acestei activități, a prezice procesele economice și reglementează-le. Mai precis, economia culturii fizice și sportului este o știință care studiază metode de rezolvare a problemelor practice care apar în domeniul relațiilor sportive legate de utilizarea resurselor materiale, de muncă, financiare și de altă natură la nivelul organizațiilor sportive individuale și al societății. ca un întreg, per total.</p> <p>Cultură fizică și sport este o ramură a economiei naționale, a cărei principală funcție economică este producerea de servicii sportive. În domeniul culturii fizice și al sportului, este necesar să se facă distincția între lucrătorii care oferă servicii sportive și toți cei care, în timp ce se angajează în cultura fizică și sport, consumă, utilizează aceste servicii.</p> <p>Educația fizică și sportul sunt destinate consumului personal. Acest consum este realizat în diverse forme și necesită costul: o anumită cantitate de bogăție materială, timp, efort fizic și mental. În același timp, serviciile sunt create în forma lor pură, care este legată de activitatea de întreținere a consumului personal. Aceste servicii nu sunt furnizate de consumatorii înșiși (sportivi, atleți), ci de persoane speciale, de lucrători în domeniul culturii fizice, pentru care serviciile sportive sunt productive, activități de lucru.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">Identificarea și formularea problemelor economice care apar în procesul dezvoltării relațiilor economice în domeniul culturii fizice și sportului, precum și să indice modalități de rezolvare a acestora;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Utilizarea cunoștințelor din domeniul economiei (legi, modele) pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte asociate domeniului profesional; ▪ Generarea de noi cunoștințe și cercetări în domeniul economiei activității fizice și sportului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; ▪ Dezvoltarea capacității de a lucra independent sau în echipă pentru rezolvarea de probleme în contexte profesionale definite, dobândirea capacității de a decide și acționa în situații de criză. 							
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază despre activitatea economică și management; ▪ să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; ▪ să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să evidențieze factorii a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; ▪ să clasifice premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială; ▪ să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; ▪ să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; ▪ să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană. 							
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>					
			Total	Curs	Seminar	LI		
			1	Știința economică și doctrinele economice.	12	4	2	6
			2	Bazele teoretico-metodologice ale economiei educației fizice	12	4	2	6
			3	Rolul economic al activităților de educație fizică și sport	12	4	2	6
			4	Finanțarea culturii fizice și sportului	6	2	1	3
			5	Impactul economic al evenimentelor sportive	6	2	1	3
			6	Economia antreprenorială în cultura fizică	6	2	1	3
			7	Planuri de afaceri în industria sportivă	6	2	1	3
			8	Norme financiare pentru activitatea financiară	6	2	1	3
			9	Activitatea economică a organizațiilor sportive din Republica Moldova	6	2	1	3
			10	Politici de finanțare în domeniul sportului	6	2	1	3
			11	Eficiența economică a culturii fizice	6	2	1	3

	12	Modele europene de guvernare ale sportului	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategii centrate pe activitatea profesorului și pe acțiunea de predare: • Strategii discursive și explicative • Strategii discursive și conversative • Strategii discursive și demonstrative ▪ Strategii centrate pe activitatea de învățare și interacțiune: • Strategii bazate pe cercetare și explorare (cercetări investigative) • Strategii problematizante • Strategii bazate pe utilizarea modelelor • Strategii centrate pe construirea de proiect 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin, <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. AMBROSI, N., BUDEVICI-PIUIU, A., CARP, A., CUȘNERIOV, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului. Curs universitar pentru alolingvi</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0. 2. CARP, A., BUDEVICI-PIUIU, A. <i>Economia culturii fizice: curs universitar</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2016, 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5. 3. COJUHARI, A., CHILDESCU, V. <i>Teorie economică</i>. Chișinău: UTM, 2012, 416 p. 4. FILIP, N., SOROCEAN, O. <i>Teorie economică</i>. Curs universitar. V-II. Chișinău, 2011, 341 p. ISBN 978-9975-4209-1-4. 5. GHERASIM, T. <i>Microeconomie</i> (V. I-II). București: Ed. Economica, 1993. 6. GOGONEAȚĂ, C., GOGONEAȚĂ, A. <i>Economia politică. Teorie micro și macroeconomică, politici economice</i>. București, 1993. 7. GROSU, M. <i>Economie politică (fundamente de teorie economică)</i>. Chișinău Evrica, 2001, 208 p. ISBN 9975-941-79-6. 8. HĂMURARU, M., ȚĂRUȘ, V., CAPSÎZU, V. <i>Teorie economică. Macroeconomie. Concepte și aplicații</i>. Suport de curs. Chișinău: Editura Centrul Editorial Poligrafic USM, 2013, 290 p., ISBN 978-9975-71-005-3. 9. <i>Metodele teoriei economice</i>. [Accesat 01.09.2021] Disponibil https://www.studocu.com/row/document/academia-de-studii-economice-din-moldova/metodele-teoriei-economice/metodele-teoriei-economice/6316091 10. MOLDOVANU, D. <i>Curs de Teorie Economică</i>. Chișinău 2006. 					

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">11. OPRESCU, G. <i>Microeconomie, macroeconomie</i>. București: Ed. ALL, 1993.12. STANCU, S., ANDREI, T. <i>Microeconomie</i>. București, 1997.13. TOMȘA, A. (coordonator) <i>Teorie economică</i>. V. II „Macroeconomie”, F.E.P. „Tipografia Centrală”, Chișinău, 2013, 332 p.14. ZBÂRCIOG, V. <i>Microeconomie (teoria și aplicații)</i>. Chișinău, 1996. |
|--|--|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Tehnica fitness-aerobicii					
Titularul cursului		Craijdan Olga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.05.O.34	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L/P-laborator/ practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnica fitness-aerobicii” este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul fitnessului și a programelor de recreare, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în fitness-aerobică capabili de a utiliza diverse elemente, pași, programe, regulile descrierii exercițiilor aerobicii, operarea cu terminologia sportivă a aerobicii, în cadrul activităților de fitness-aerobică, desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiective cadru ale învățământului fitnessului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul științelor sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnicii fitness-aerobicii, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de fitness-aerobică;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua</p>						

	<p>abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat la Tehnica fitness-aerobicii, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul fitnessului și a programelor de recreare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice cu privire la legițile principale ale organizării lecției antrenament de fitness-aerobică, ce se referă la acumularea unei tehnice pedagogice a activității profesionale a specialistului în domeniul fitness-aerobicii; • Elaborarea și desfășurarea complexelor, a programelor și a acțiunilor de fitness-aerobică cu o tehnică pedagogică înaltă la viitorii specialiști în domeniul fitnessului; • Utilizarea diverselor metodologii de pregătire cu divers scop la „Tehnica fitness-aerobicii” pentru instruirea viitorilor specialiști în domeniul fitnessului; • Proiectarea unor antrenamente de fortificare bazate pe utilizarea noilor metode apărute în domeniul diverselor programe noi a fitness-aerobicii; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament la fitness la aerobica. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului de fitness-aerobică în corespundere cu programul practicat; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul fitness-aerobicii; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a viitorului specialist în domeniu în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește centrele și fitness-cluburi unde este practică fitness-aerobica.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunile principale ale disciplinei Tehnica fitness-aerobicii (de tehnica pedagogică; de tehnologia pedagogică; să cunoască componentele tehnicii pedagogice; - să identifice noțiuni de tehnica sportivă; - să argumenteze necesitatea executării tehnicii corecte a exercițiilor de fitness-aerobică, pentru prevenirea traumatismelor; - să cunoască conținutul masei corporale și metodologia controlul ei; - să cunoască tipurile corporale și particularitățile tipice psihice ale omului conform constituției; - să cunoască caracteristica și clasificarea constituțiilor corporale a siluetei femeilor care practică fitness-aerobica; - să cunoască organizarea alimentației corecte prin evidența programelor individuale de fitness-aerobică; - să argumenteze principiile alimentației echilibrate; - să argumenteze importanța vitaminelor; - să cunoască componentele activității profesionale pedagogice a antrenorului de fitness-aerobică: de proiectare a activității pedagogice, componentul constructiv, organizatoric și comunicativ. - să cunoască caracteristici și competențele profesionale fitness-antrenorului la diverse programe de fitness-aerobică: la cardio-lecții de grup; de forță; de flexibilitate, aqua-aerobică; - să identifice importanța capacităților coordinative la antrenori de fitness-aerobică; - să argumenteze cunoștințe pedagogice și specifice, privind tehnica pedagogică perfectă a fitness-antrenorului.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze proiectele didactice pentru diferite probe de fitness-aerobică; ▪ să elaboreze regimul de alimentație, în conformitate cu fitness-programa individuală dorită; ▪ să explice formarea comunicării profesionale cu contingentul, care practică fitness-aerobică, în cadrul desfășurării lecției de antrenament; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în comunicarea nonverbală profesională în procesul de antrenament la fitness-aerobică. ▪ să efectueze lucrul cu utilajul și aparatele disponibile, precum și cu utilaj și aparate posibile în activitatea practică profesională, cu ajutorul materialelor demonstrative (desene, fișe, Power Point, video). <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să realizeze sistematic activități de formare a calităților de personalitate, educarea abilităților cognitive; formarea abilităților organizatorice; educarea simțului responsabilității; însușirea adaptabilității; manifestarea inițiativei; însușirea interacțiunii sociale; însușirea aptitudinilor de comunicare a informației, a ideilor, a problemelor și a soluțiilor; implementarea cu acuratețe a metodicilor, a modelelor și tehnicilor asociate cu disciplina de Tehnica fitness-aerobică ▪ să elaboreze un complex de fitness-aerobică și să demonstreze prin diverse metode compoziționale de alcătuirea a combinațiilor în fitness-aerobică: metoda liniară, bloc, adăugării, metoda „cap - coadă”, utilizând textul didactic verbal; ▪ să elaboreze partea pregătitoare a antrenamentului de fitness-aerobic cu textul didactic verbal; ▪ să explice esența formării tehnicii pedagogice a priceperilor și deprinderilor profesionale în domeniul fitness-aerobicii orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea unei lecții de antrenament. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Laborator/ Practice	LI
	1	Tehnica pedagogică și tehnologia fitness-aerobicii. Tehnica executării exercițiilor de fitness-aerobică Noțiuni de tehnica pedagogică. Noțiuni de tehnologia pedagogică. Componentele tehnicii pedagogice. Noțiuni tehnica sportivă. Necesitatea executării tehnicii corecte a exercițiilor de fitness-aerobică.	4	2	-	2
	2	Alimentația în fitness-aerobică Conținutul masei corporale și controlul ei. Tipurile corporale și particularitățile tipice psihice ale omului conform constituției. Tipuri constituționale a siluetei femeilor ce practică fitness-aerobică. Organizarea alimentației prin evidența programelor individuale de fitness-aerobică. Principiile alimentației echilibrate. Importanța vitaminelor.	28	8	6	14
3	Particularitățile activității profesionale a antrenorului de fitness-aerobică Componentele activității profesionale	58	5	24	29	

	<p>pedagogice: de proiectare; constructiv; organizatoric; comunicativ.</p> <p>Caracteristici și competențele profesionale fitness-antrenorului la diverse programe de fitness-aerobică: la cardio-lecții de grup; de forță; de flexibilitate, aqua-aerobică;</p> <p>Importanța capacităților coordinative la antrenori de fitness-aerobică</p> <p>Cunoștințe pedagogice și specifice, privind tehnica pedagogică perfectă a fitness-antrenorului</p>				
	Total	90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportunității a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri, lecții practice și seminare		20%		

	Nota lucrul individual	20%
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc, O., Jurat, V. Aerobica. Teorie și metodică: manual. Chișinău: Valinex SRL, 2016. 298 p. 2. Aftimiciuc, O., Aftimiciuc, V. <i>Teoria și metodologia fitnessului</i>. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246 p. <ol style="list-style-type: none"> a. Craijdan, O. Metodica folosirii aerobicii de fortificare în cadrul lecțiilor de educație fizică extracurriculare. În: Teoria și arta culturii fizice în școala. Chișinău: Editura Sirius Chișinău Republica Moldova, 2013. nr.2, p. 54-57. ISSN 1857-0615. 3. Craijdan, O. Aerobica în cadrul orelor de educație fizică: Ghid metodic pentru profesori de educație fizică. Ghid metodic pentru profesori de educație fizică /Olga Craijdan. Chișinău: Tipogr. Valinex SRL, 2016. 52 c. ISBN 978-9975-68-286-2 4. Hasband, R.W. The Effect of Musical Rhythms and Pure Rhythms on Bodily Sway // Journal of General Psychological, 1934, Nr.11. 5. Gheorghe, D. Sănătate prin sport pe înțelesul fiecăruia. București: FRSP, 1997, p. 10-34. 6. Kulcsar, Ș. Gimnastica aerobică. Cluj-Napoca, 2000, p. 26-45. 7. Stoenescu, G. Curs de gimnastică aerobică. București, 1998, 186 p. 8. Афтимичук, О.Е. Формирование ритма дидактического общения у студентов институтов физической культуры: Дис. ... д-ра пед. наук. Кишинев, 1998. 300 с. 9. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] О.Е.Афтимичук; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. К.: „Valinex” SRL, 2011. 310 с. 10.Губанов, В.А. Проведение занятий гимнастикой с музыкальным сопровождением: Метод. разраб. для ст-тов ГЦОЛИФКа. М., 1980. 30 с. 11.Ильин, Е.П. <i>Психомоторная организация человека: Учеб. для вузов</i> /Е.П. Ильин. СПб.: Питер, 2003. 384 с 12.Коджаспиров, Ю.Г. Функциональная музыка в подготовке спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 1987. 64 с. 13.Крючек, Е.С. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: учебно-методическое пособие. М.: ТерраСпорт, Олимпия Пресс, 2001. 64 с. 14.Купер, К. Аэробика для хорошего самочувствия: Пер с англ. 2-е изд. доп., перераб. М.: Физкультура и спорт, 1989. 224 с. 15.Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. Аэробика: В 2 тт., Т. I. Теория и методика. М.: Федерация аэробики России, 2002. 232 с. 16.Лисицкая, Т.С., Сиднева, Л.В. Аэробика: В 2 тт., Т. II. Частные методики. М.: Федерация аэробики России, 2002. 216 с. 17.Суетина, Т.Н. <i>Методические основы организации занятий по аэробике: Учеб.-метод. пособие</i>. Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета, 2005. 59 с. 18.Хоули, Эдвард Т., Френкс, Б. Дон. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Пер. с англ. А.Яценко и В.Левицкого. Киев: Олимпийская литература, 2004. 375 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE</i>					
Denumirea cursului		Tehnologia pedagogică a fitness-ului de forță					
Titularul cursului		Prodan Dumitru					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O.035	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, P/M- practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	Semin are	L/P	LI	
		150	15	-	60	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Tehnologia Pedagogică a Fitness-ului de Forță</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie psiho-motrice, moral-volitivă, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>În procesul de modernizare a curriculumului s-au luat în considerare următoarele aspecte:</p> <ul style="list-style-type: none">• experiențele programelor anterioare din republica Moldova;• experiența în acest domeniu din alte state europene;• problema formării unor competențe integratoare la studenți, care să fie practicate în viața cotidiană;• contribuția fitness-ului de forță la dezvoltarea calităților fizice, parte componentă a sistemului de învățământ din republică și a competențelor- cheie;• contribuția disciplinei la formarea absolventului, în mod deosebit la competențe care vizează: comunicarea, participarea la rezolvarea problemelor comunității, învățarea eficientă, educația continuă;• noile oportunități de predare-învățare a disciplinelor de fitness forță;• necesitatea de integrare a disciplinelor de fitness forță cu alte discipline de studiu. <p>Pe parcursul studierii disciplinei, curriculum-ul propune familiarizarea studenților cu probleme legate de adaptarea musculaturii la efortul fizic, durerii musculare, regimurilor de lucru muscular. Deasemenea multitudinea și necesitatea</p>						

	<p>aplicării metodelor și metodicilor de dezvoltare a forței în cadrul antrenamentelor de fitness și stimularea interesului față de practicarea antrenamentelor de fitness cu contingent diferit. Unele din temele de bază a curriculei date sunt axate pe dozarea efortului la ședințele de fitness forță și modelarea programelor pentru practicarea antrenamentelor de forță. Curriculum-ul de față își propune să stimuleze interesul pentru valorile naționale și universale, să asigure condiții în formarea personalității studentului pentru continuarea învățării după facultate și să utilizeze abilitățile formate în cadrul lecțiilor de fitness forță în viața cotidiană.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează cadrelor didactice universitare, studenților, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • domeniul tehnologiei planificării și formării procesului de antrenament de fitness-forță • diversitatea programelor de antrenament în domeniul fitness-ului de forță • efectele febrei musculare și adaptarea la efort • regimul, formele și tipurile de contracție musculară • metodele și metodicile de dezvoltare a forței • forme de manifestare a forței • dozarea efortului pentru combaterea efectele supra antrenamentului și pentru o restabilire mai eficientă post - efort • modalitatea de organizare a antrenamentelor de fitness-forță cu contingent diferit de participanți • diversitatea grupelor de mușchi și consecutivitatea acestora într-un ciclu săptămânal de antrenamente • modalitatea de organizare și desfășurare a antrenamentelor de fitness - forță cu femei • modalitatea de organizare și desfășurare a antrenamentelor de fitness - forță cu copii • modalitatea de organizare și desfășurare a antrenamentelor de fitness - forță cu persoane în vârstă • programele de fitness forță • varietatea antrenamentelor pentru creșterea masei musculare • varietatea antrenamentelor pentru micșorarea țesutului adipos • varietatea antrenamentelor pentru creșterea indicilor de forță • varietatea antrenamentelor pentru menținerea formei fizice • varietatea antrenamentelor pentru dezvoltarea forței în regim de rezistență. <p style="text-align: center;">Competențe transversale și transdisciplinare</p> <p>Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p>Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. <p>Competențe acțional-strategice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a

	<p>propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. <p>Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. <p>Competențe interpersonale, civice, morale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. <p>Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Cunoaștere:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea efectelor fitness-lui de forță asupra organismului uman; 2. Utilizarea cunoștințelor teoretice și practice specifice domeniului fitness-ului de forță; 3. Înțelegerea și utilizarea adecvată a exercițiilor din domeniul fitness-ului de forță; 4. Înțelegerea și reprezentarea programelor de antrenament; 5. Cunoașterea și interpretarea tipurilor de programe din fitness-forță; 6. Determinarea acțiunilor necesare pentru formarea unui proces de antrenament efectiv. <p>Aplicare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aprecierea obiectivă a situațiilor, faptelor și proceselor în timpul unui antrenament de forță; 2. Utilizarea metodelor și metodicilor din cadrul fitness-ului de forță; 3. Demonstrarea capacității de inovare în aplicarea metodelor tradiționale de studiu al fitness-ului de forță; 4. Formularea și susținerea argumentelor proprii în rezolvarea problemelor din domeniul fitness-ului. <p>Integrare:</p> <ol style="list-style-type: none"> a). <i>Autonomie și responsabilitate:</i> executarea responsabilă a sarcinilor de studii în condițiile unei autonomii restrânse și asistență calificată; să demonstreze creativitate în elaborarea proiectelor de cercetare, utilizând inovativ un spectru variat de metode calitative și cantitative. b). <i>Capacitatea de a învăța:</i> să evalueze în mod consecvent propriul proces de învățare; să-și identifice nevoile de formare. c). <i>Competențe sociale și de comunicare:</i> să manifeste atitudini pozitive față de impactul fitness-ului de forță asupra dezvoltării societății; să demonstreze comportamente democratice și respect față de valorile general-umane; să exprime o viziune personală asumată asupra lumii, care să reflecte solidaritatea cu ceilalți; să se familiarizeze cu rolurile și activitățile specifice muncii în echipă și cu distribuirea de sarcini între membri pe nivele subordonate. d). <i>Competențe profesionale:</i> competența de a păstra și de a aprecia patrimoniul național și local în context universal, prin realizarea activităților specifice profesiei; să conștientizeze nevoia de formare continuă, utilizare eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru dezvoltarea personală și profesională.

	Nr. d/o	Tematica disciplinei	Total	Curs	L/P	LI
	1	Regimul de lucru, contracția și caracterul lucrului muscular	4	2		2
	2	Metodele și metodicile antrenamentelor de fitness-forță	4	2		2
	3	Dozarea efortului la antrenamentele de fitness-forță	8	4		4
	4	Planificarea sistemelor de antrenament în fitness-ul de forță	10	5		5
	5	Particularitățile antrenamentului de fitness-forță cu persoane de diferită vîrstă	4	2		2
	6	Metodica selectării și combinării grupelor musculare și exercițiilor în crearea programelor de antrenament	24		12	12
	7	Tehnologia creării programelor pentru creșterea în masă musculară	28		14	14
	8	Tehnologia creării programelor pentru micșorarea țesutului adipos	28		14	14
	9	Tehnologia creării programelor pentru creșterea indicilor de forță	28		14	14
	10	Tehnologia creării programelor pentru menținerea formei fizice	12		6	6
		Total	150	15	60	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și trans-disciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>trei lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>					

	3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. AFTIMICIUC, OLGA. Fitness: teorie și metodică / Olga Aftimiciuc, Marin Chirazi. – Iași: PIM, 2012. ISBN 978-606-13-0737-1.</p> <p>2. Aplicarea cunoștințelor din fiziologie și medicină sportivă în practica sporturilor / A. Mariș, A.A. Mariș, V. Manolachi [et. al.]. – Ch.: Editura USEFS, 2011. – 214p. ISBN 978-9975-4077-8-6.</p> <p>3. BOMPA, TUDOR O. Periodizarea antrenamentului sportiv: planuri științifice pentru forță și condiția fizică pentru 20 de discipline sportive / prof. univ. dr. Tudor O. Bompă, Michael C. Carrera. – Mușătești: Tana, 2006. ISBN (10) 973-87111-3-4.</p> <p>4. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ANATOMIA ȘI FIZIOLOGIA OMULUI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 1. ABC Fitness School, - 2014. – 130p.</p> <p>5. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. CHIMIE ALIMENTARĂ. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 2. ABC Fitness School, - 2015. – 58p.</p> <p>6. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ALIMENTAȚIA ÎN DIFERITE BOLI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 3. ABC Fitness School, - 2015. – 73p.</p> <p>7. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. TERAPII COMPLEMENTARE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 4. ABC Fitness School, - 2015. – 69p.</p> <p>8. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. Principiile alimentare și valoarea nutritivă. Alimentația în diferite perioade ale vieții. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 5. ABC Fitness School, - 2014. – 124p.</p> <p>9. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. PSIHO-NUTRIȚIE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 6. ABC Fitness School, - 2015. – 70p.</p> <p>10. CHIRAZI, MARIN. Culturismul în școală – Importanță, practicare, efecte, cunoaștere / Marin CHIRAZI, Cătălin Constantin IOAN. – Iași: Performantica, 2007. ISBN 978-973-730-396-7.</p> <p>11. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR AEROBIC-FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 213p.</p> <p>12. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR DE FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 186p.</p> <p>13. PANAEV, MIHAIL. Masajul în afecțiunile aparatului locomotor / Mihail Panaev; trad.: Maria Sîrghe. – București: Rovimed Publishers, 2014. ISBN 973-7719-11-5.</p> <p>14. PLATONOV, VLADIMIR. Periodizarea antrenamentului sportiv: teoria generală și aplicațiile ei practice / V.N. Platonov – București: Discobolul, 2015. ISBN 978-606-8603-10-0</p> <p>15. Urso, Antonio. Weightlifting. Sport for all sports. Calzetti-Mariucci Editori di Roberto Calzetti Editore srl. – 2014. – 296p. ISBN 978-88-6028-359-7.</p> <p>16. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин. – Минск: Харвест, 2009. – 160с. ISBN 978-985-16-6059-5.</p> <p>17. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] / О.Е. Афтимичук; Гос. Ун-т физ. Воспитания и спорта. – К.: "Valinex" SRL, 2011. – 310p. ISBN 978-9975-68-179-7.</p>	

18. Батырев М., Батырева Т. Спортивное питание. — СПб.: Питер, 2005. — 144 с.: ISBN 5-469-00616-6
19. Бомпа, Тудор О. Серьезный силовой тренинг: пер. с англ. / Тудор О. Бомпа, Мауро Ди Паскуале, Лоренцо Дж. Корнаккиа. — М.: АСТ; Астрель, 2010. — 303. ISBN 978-5-17-061813-2.
20. Борисова О.О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации [Текст]: учеб.-метод. пособие / О. О. Борисова. - М.: Советский спорт, 2007. - 132 с. ISBN978-5-9718-0220-4
21. Бражник А.Л. Эффективные методики развития силы. Атлетическая подготовка, армрестлинг, пауэрлифтинг – Харьков: ФЛП Дудукчан И.М., 2010. – 264с. ISBN 978-966-8472-58-9.
22. Шейко Б.И. Пауэрлифтинг. Учебное пособие, М.: 2005. – 544с. ISBN 5-93216-114-0.
23. Шейко Б. И., Горулев П. С., Румянцева Э. Р., Цедов Р. А. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. - Москва, 2013. - 560 с. ISBN 978-5-906299-05-5.
24. Шестопалов С.В. Бодибилдинг: школа чемпионов. – Ростов н/Д: Издательский дом «Владис», 2003. – 192с. ISBN 5-94194-065-3.
25. Эванс, Н. Анатомия бодибилдинга / Н. Эванс; пер. с англ. С.Э. Борич. – Минск: «Попурри», 2008. – 192с. ISBN 978-985-15-0110-2.
26. Эдворт Т. Хоули, Б. Дон Фрэнкс. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. Олимпийская литература, Киев – 2004. – 375с. ISBN 966-7133-65-6.
27. Юрген Хартманн/Харольд Тюннеманн. Современная силовая тренировка. Шпортферлаг Берлин. – 1988. – 335с. ISBN 3-328-00366-5.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE</i>					
Denumirea cursului		Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare și Metrologia sportivă					
Titularul cursului		Carp Ivan/Arsene Igor					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 05 O. 36	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Bazele teoretice ele culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-btcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30/30	30/30	-	30/30	
Nota de prezentare	<p>Modulul „<i>Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare/Metrologia sportului</i>” este propus studenților Facultății de Pedagogie a USEFS, la programul - <i>Fitness și programe de recreare</i> pentru a studia cercetarea științifică și dobândirea unei experiențe, care se va manifesta în capacitatea studenților de a identifica probleme de investigație, a le aborda interpretativ, a redacta texte științifice etc.</p> <p><i>Scopul și obiectivele</i> modulului BTMAC/MS constau în dotarea studenților cu un șir de competențe privind valorificarea tehnicilor de elaborare a lucrărilor științifice – teza de licență, susținerea argumentată a unor puncte de vedere în cadrul comunicării interpersonale, de grup sau publice, precum și întocmirea/redactarea unor sinteze, în rezultatul cercetării literaturii de specialitate cu referire la subiectul investigat, din punct de vedere teoretice-praxiologic.</p> <p>Conținuturile disciplinelor ce constituie modulul BTMAC/MS vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții vor studia disciplinele modulului în an III., sem. 5, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>						
Competențe profesionale:							
<p>* Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea științifică și metodică a absolventului în domeniul fitnessului și programelor de recreare;</p> <p>* Aplicarea fundamentelor epistemologice pe parcursul cercetărilor întreprinse</p>							

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>pentru elaborarea tezei de licență; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul fitnessului și programelor de recreare.</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>* Gestionarea și utilizarea creativă a informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare în domeniul fitnessului și programelor de recreare prin prisma unor abordări ale metrologiei sportive ; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de masterat) în ceea ce privește legătura dintre cercetarea științifică și metrologia sportivă.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <p>* elucidarea conceptelor specifice „cercetării științifice” și „metrologiei sportive,, în domeniul fitnessului și programelor de recreare; * determinarea caracteristicilor relevante ale cercetării științifice și metrologice precum și conștientizarea pașilor de proiectare a unei cercetări științifice; * să cunoască teoriile științifice moderne în domeniul fitnessului și programelor de recreare, tendințele de dezvoltare ale acestora, proiectarea, modelarea sistemelor și tehnologiilor de cercetare.</p> <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>* să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor de cercetare în domeniul fitnessului și programelor de recreare; * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor: stabilirea obiectivelor, ipotezei, problemei cercetării, realizarea designului cercetării etc; *aplicarea proiectului cercetării prin interpretarea și validarea datelor experimentale obținute, precum și elaborarea concluziilor finale.</p> <p>La nivel de integrare:</p> <p>* conștientizarea importanței studierii literaturii științifice la tema aleasă și propunerea în proiectele de cercetare a unor probleme științifice specifice activității specialistului din domeniul fitnessului și programelor de recreare; * valorificarea potențialului existent al sistemului educațional și de pregătire a studenților pentru parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei teze de licență și ulterior de masterat.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>	<p>Bazele teoretico-metodologice ale cercetării în domeniul culturii fizice.</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>2</p>	<p>Metodologia cercetării în domeniul culturii fizice, fitnessului și programelor de recreare (CF,FPR)</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>3</p>	<p>Activitatea de cercetare științifică a specialiștilor din domeniul fitnessului și programelor de recreare</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>4</p>	<p>Metode de cercetare și cunoaștere în domeniul CF,FPR</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>5</p>	<p>Organizarea și desfășurarea cercetării.</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>6</p>	<p>Tehnologia elaborării tezei de licență.</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>7</p>	<p>Măsurarea în cercetarea științifică</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>8</p>	<p>Deontologia cercetării științifice.</p>	<p>1</p>	<p>1</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	
<p>Total BTMAC</p>		<p>60</p>	<p>15</p>	<p>15</p>	<p>30</p>	
<p>1</p>	<p>Introducere în Metrologia sportului</p>	<p>10</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>2</p>	<p>Bazele teoriei măsurărilor în cultura fizică și sport</p>	<p>10</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	
<p>3</p>	<p>Metodele statistico-matematice de</p>	<p>10</p>	<p>4</p>	<p>4</p>	<p>8</p>	

		prelucrare a rezultatelor măsurărilor în cultura fizica sport				
	4	Bazele teoriei testelor	10	2	2	4
	5	Bazele teoriei evaluărilor	10	2	2	4
	6	Metode de estimare cantitativa a indicilor calitativi	10	3	3	6
		Total Metrologia sportului	60	15	15	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<p>1. Achiri I., Bolboceanu A. <i>Evaluarea standardelor educaționale</i>. Chișinău, Print-Caro, 2009.</p> <p>2. Carp, Ion. Bazele teoretico-metodologice ale activității de cercetare: curs universitar/ Carp Ion, Ababei Radu; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 232 p. ISBN 978-9975-68-310-4.</p> <p>3. Chirazi M., Petrea G. P. Metode de cercetare științifică în educație fizică și sport. Editura universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2015. 202 p.</p> <p>4. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.</p>					

5. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.
6. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică facultatea fără frecvență. - Chișinău: INEFS, 2004. – 58 p.
7. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). - Chișinău: USEFS, 2007. – 152 p.
8. Arsene I.A. Metrologia sportivă (întrebări și răspunsuri). Volumul I. Material didactic-referativ pentru studenții USEFS. În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău:”Valinex”SRL. 2010.-160p.
9. Arsene I.A. Metrologia sportivă (Suport de curs). Material didactic – referativ pentru studenții USEFS (întrebări și răspunsuri). În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău: ”Valinex” SRL. 2011.-112p.
10. Arsene I.A. Metrologia sportivă (dicționar ghid). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor cu profil sportiv: În ajutorul studentului. -Ch. Valinex, 2014. - 274 p.

Literatură facultativă (selectivă):

1. Демченко П.П. Математико–аналитические методы в структуре педагогических исследований физической культуры. Учебное методическое - пособие для высших учебных заведений физической культуры. – Ch., 2009.
2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Management și legislație în sport					
Titularul cursului		Volcu Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 A. 38	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Management și legislație în sport” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Această disciplină este prevăzută, conform planului de învățământ și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Codul Educației al Republicii Moldova.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul I academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de consolidare și inovare, cât și inițierea în practicarea unor discipline practice.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ Competențe de utilizare a conceptelor specifice și principiilor fundamentale ale științei managementului sportiv;➤ Competențe referitoare la descrierea principalelor concepte, teorii, metodologii și proceduri utilizate în organizarea și funcționarea organizațiilor sportive;➤ Competențe de aplicare a tehnicilor de relaționare în grup, deprindere și exercitare a rolurilor specifice în munca în echipă, prin dezvoltarea abilităților de comunicare managerială și interpersonală.➤ Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei						

	<p>organizații sportive și înregistrarea acestora la organele competente;</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Insușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea sportivă; ➤ Capacitatea de adaptare la medii concurențiale aflate în continuă schimbare. ➤ Capacitatea de proiectare, elaborare și implementare a strategiilor economice și manageriale pentru rentabilizarea organizațiilor sportive. ➤ Capacitatea de adoptare a deciziilor manageriale în diferite stări ale condițiilor obiective. ➤ Abilități de leadership la nivel organizațional. ➤ Abilitatea de a lucra în echipă, de a antrena și motiva angajații și de a gestiona conflictele la nivel organizațional. ➤ Capacitatea de a conduce: unități școlare, structuri ale administrației publice de specialitate centralizate și deconcentrate, structuri și baze sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă ✓ Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei ✓ Aplicarea și interpretarea legislației sportive. ✓ Capacitatea de a îndeplini atribuțiile de manager la diferite niveluri ale unei organizații ✓ Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte dintre cele mai diverse. ✓ Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv și constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de management sportiv; - să definească sistemul de management al organizației sportive; - să cunoască și să realizeze unele soluții creative ale problemelor subsistemelor din cadrul organizațiilor sportive vizate atât nivelul strategic, cât și tactic/ operațional al managementului; - să cunoască obiectivele Politicii Uniunii Europene în domeniul educației și tineretului - să menționeze în ce constă colaborarea federației de profil cu autoritatea publică administrativă centrală; - să definească și să înțeleagă funcțiile MRU; - să acumuleze cunoștințe cu privire la conflictele de muncă și a metodelor de rezolvare a acestora; - să cunoască și să interpreteze legislația cu privire la salarizarea muncii în domeniul de referință; - să cunoască și să prezinte rolul managerilor în performanțele organizației sportive care este; - cunoască actele normative naționale și internaționale ce reglementează sportul. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să prezinte sensurile managementului; - să prezinte principalele școli de management; - să prezinte și să caracterizeze principalele Structuri sportive din Republica Moldova; - să interpreteze și să aplice baza legală de funcționare și administrare a unei structuri sportive; - să identifice și să prezinte elementele definiției ale managementului sistemului național de educație fizică și sport; - să concretizeze specificul structurilor organizatorice în management; - să prezinte componentele activităților specifice categoriilor de personal angajat în organizațiile sportive.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> -să concretizeze care sunt principiile de management; - să prezinte organizarea, ca proces de diviziune a muncii. - să caracterizeze și să realizeze profilul managerului sportiv; - interpreteze actele normative din domeniul de referință; - soluționeze critic și inovativ spețe din practica juridică sportivă; - cunoască principalele documente directoare ale Uniunii Europene în domeniul sportului; - identifice structurile responsabile cu sportul în Uniunea Europeană și să stabilească competența acestora. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Fundamente teoretice ale managementului	8	2	2	4
	2	Sistemul de management al organizației sportive. Politica europeană în domeniul educației	8	2	2	4
	3	Organizațiile sportive. Structuri organizatorice în management	14	4	4	6
	4	Activitatea profesională a resurselor umane din domeniul educației fizice și sport	14	4	4	6
	5	Managementul financiar și finanțarea sportului în republica moldova	10	2	2	6
	6	Managementul schimbării	10	2	2	6
	7	Decizia managerială și procesul de luare a deciziilor	8	2	2	4
	8	Managementul comunicării. Comunicația în sport	8	2	2	4
	9	Timpul, resursă importantă în management	8	2	2	4
	10	Metode de conducere moderne	8	2	2	4
	11	Controlul managerial	8	2	2	4
	12	Legislație sportivă națională și internațională	16	4	4	8
	Total		120	30	30	60
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategia didactică la disciplina „Management și legislație în sport” se va orienta după realitatea că studenții au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând studenții în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimă a competențelor planificate.</p> <p>Proiectarea didactică la disciplina studiată va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p style="text-align: center;"><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii:</i></p>					

	<p>Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Activitatea evaluativă va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei. Forma de evaluare finală o reprezintă examenul oral bazat pe bilete de evaluare .</p> <p>Evaluarea finală – desfășurată la sfârșitul semestrului se finalizează în conformitate cu standardele de competență și cu susținerea examenului planificat conform orarului de către Decanatul Facultății Pedagogie din cadrul USEFS.</p> <p>Pentru a asigura evaluarea performanțelor academice vor funcționa diverse tipuri de activități:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea independentă a competențelor; - evaluarea colectivă (a echipei de studenți); - evaluarea în cadrul activităților practice de instruire organizate în procesul instructiv educativ în mediul academic sau realizat în condiții la domiciliu. Participarea activă la concursuri didactice, competiții sportive, alte activități de valoare, precum conferințele științifice organizate la nivel universitar. 	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budevici Puiu L., Manolachi V. Management și legislație în educația fizică și sport. – Curs universitar, Chișinău, USEFS, 2016. 2. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 2012 3. Budevici A. Management în educație fizică și sport. – Iași, 2000. 4. Bădescu A., Mirci C., Bögge G. Managementul resurselor umane. Manualul 5. Dragos P.F. Management în sport, Oradea, 2014. 6. Manolachi V. Managementul și dezvoltarea durabilă a sportului, Ed.USEFS, Chișinău, 2016. 7. Voicu A.V. Legislație și management în educație fizică și sport. Ed. Inter-Tonic, Cluj-Napoca, 1995. – P.86-93. 8. Voicu A.V. Managementul organizațiilor și activității sportive. – Cluj Napoca, Risoprint, 1998 9. Legea nr.330 cu privire la cultura fizică și sport, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 25.03.1999 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Educație incluzivă					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana/Razmireț Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 06 O.39	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Educația incluzivă” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. Unitatea de curs este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport pentru calificarea și pregătirea teoretico–practică a specialiștilor din domeniul <i>Fitness și programe de recreare</i>.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Educația incluzivă” este un document reglator înglobând indici care prin natura lor asigură realizarea procesului de predare învățare evaluare la disciplină, coerența și interdisciplinaritatea, în baza cărora se elaborează celelalte componente ale paradigmei curriculare orientate spre formarea în cadrul instituției a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională și cea socială.</p> <p>Unitatea de curs „Educația incluzivă” este orientată spre studierea problemelor general-teoretice și metodologice specifice activității manageriale din domeniul educației incluzive. Scopul primordial al disciplinei este de a evidenția aspectele managementului educației incluzive și a celor implicați în acest proces.</p> <p>Conținutul cursului se referă la o serie de activități care țin de managementul tradițional într-o instituție de învățământ: planificarea, organizarea, luarea de decizii, verificarea; administrarea și conducerea resurselor umane (motivarea, îndrumarea, soluționarea conflictelor, perfecționarea și instruirea personalului din sub ordine); stabilirea și întreținerea relațiilor cu persoane din interiorul și din exteriorul organizației.</p> <p>În predarea disciplinei se va insista, în mod special, nu atât pe cunoașterea</p>						

	<p>informației, cât pe înțelegerea, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>Acest curs este destinat studenților din cadrul specialității <i>Fitness și programe de recreare</i>, care vor activa în diverse instituții de profil și care sunt obligați să cunoască cadrul teoretic și metodologic al Incluziunea persoanelor cu cerințe educaționale speciale.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului educației incluzive. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul educației incluzive în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor educației adaptate, experiența practică a îndrumătorilor specialiștilor din domeniu. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale educației incluzive; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în lucrul cu copii cu CES; • Dezvoltarea comportamentelor productive, a atitudinilor pozitive și deschise, a gândirii critice și relaționale despre structurile, procesele și valorile sistemului educațional, promovate pentru susținerea practicilor incluzive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><u>La nivel de cunoaștere:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască principalele teorii, concepte, principii în domeniul educației incluzive, precum și tezele de bază ale documentelor de politici și actelor legislative în domeniu, care fundamentează dezvoltarea educației incluzive în societățile moderne; - să cunoască designul managementului educației incluzive și nivelurile de decizie și execuție în cadrul acestuia; - să înțeleagă cerințele educaționale speciale ale copiilor, pornind de la cunoașterea particularităților de dezvoltare a lor; - să analizeze noile tendințe în abordarea educației copiilor cu cerințe educaționale speciale și suportului educațional ca formă de sprijin în învățare; - să însușească experiența, modelele internaționale și naționale de dezvoltare a educației incluzive și să identifice bunele practici aplicabile în activitatea profesională curentă; - să cunoască cele mai adecvate modalități de sensibilizare comunitară în promovarea educației incluzive. <p style="text-align: center;"><u>La nivelul de aplicare:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - să coreleze conceptele teoretice cu aspectele practice ale dezvoltării educației incluzive; - să contribuie la planificarea dezvoltării strategice (a sistemului raional/municipal și/sau a instituției de învățământ), planificarea activității subdiviziunilor instituționale, a propriei activități din perspectiva educației incluzive; - să participe la identificarea cerințelor educaționale speciale ale copiilor; - să proiecteze demersul educațional pe principii de diferențiere și individualizare; - să adapteze procesul educațional la necesitățile copiilor cu cerințe educaționale speciale, prin participarea la evaluarea nivelului de dezvoltare a copiilor; elaborarea planurilor educaționale individualizate, modificărilor curriculare, altor adaptări, după caz; - să aplice metode de predare/învățare/evaluare, materiale și activități corelate cu finalitățile de studiu proiectate în corespundere cu cerințele educaționale speciale ale copiilor, mediul de predare/învățare și resursele disponibile; - să asigure adecvarea tehnologiilor didactice moderne la particularitățile procesului educațional incluziv.

	<u>La nivelul de integrare:</u>					
	<ul style="list-style-type: none"> - să realizeze cercetări științifice în cadrul problematicii managementului educației incluzive; - să dețină capacități de valorizare a copiilor cu cerințe educative speciale; - să se orienteze în strategia de trecere de la adaptarea elevului de la condițiile școlii speciale la condițiile școlii de cultură generală incluzivă; - să descrie componentele planului educațional individualizat; - să prevină și combată excluderea și marginalizarea în educație; - să argumenteze importanța parteneriatului educațional în promovarea educației incluzive; - să centreze procesul educativ pe interesele copilului, dezvoltarea respectului de sine, toleranță. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Cadrul conceptual al educației incluzive	6	2	1	3
	2	Cadrul legislativ al educației incluzive	6	2	1	3
	3	Managementul educației incluzive: structuri, instituții, servicii	12	4	2	6
	4	Particularități de dezvoltare a copiilor cu dizabilități	6	2	1	3
	5	Concepte și tendințe actuale în abordarea individualizată a copilului	6	2	1	3
	6	Suportul educațional	6	2	1	3
	7	Planificarea și organizarea procesului educațional din perspectivă incluzivă	6	2	1	3
	8	Adaptări și modificări în procesul incluziunii educaționale a copiilor cu dizabilități	6	2	1	3
	9	Evaluarea rezultatelor școlare din perspectiva individualizării	6	2	1	3
	10	Tehnologii didactice: delimitări conceptuale	6	2	1	3
	11	Tehnologiile didactice din perspectiva stilurilor de învățare	6	2	1	3
	12	Tehnologiile didactice din perspectiva inteligențelor multiple	6	2	1	3
	13	Tehnologii didactice asistive	6	2	1	3
14	Strategii didactice în asistența copiilor cu dizabilități	6	2	1	3	
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat,</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Albu A. și colab., Psihomotricitatea, Iași, 2014. 2. Arsene C. Psihoneurologia, București, 2016. 3. Arseni C., Danaila L., Golu M., Psihoneurologie, București, 2013. 4. Bucun N. Bazele managementului educațional. Modul 1. program de formare continuă în domeniul managementului educațional. Chișinău. 2004. 5. Bucun N. Concepția educației incluzive. În: Univers Pedagogic, ne. 2, 2009. 6. Cosmovici A., Psihologie generală, Polirom, Iași, 2012. 7. Danii A., Popovici D, Racu A. Intervenția psihopedagogică în școala incluzivă. Chișinău: Tipografia Centrală, 2007. 8. Educația Incluzivă. Unitatea de curs. Chișinău, 2017. 9. Efdodi A., Planul educațional individualizat. Chișinău: Cetatea de sus, 2012, 10. Gânu D. Copilul cu cerințe educative speciale, Chișinău, Pontos, 2002, 11. Gânu D. Copilul cu dizabilități neuromotorii, Chișinău, Valinex, 2010 12. Gerguț A. Psihopedagogia persoanelor cu cerințe educative speciale. Strategii diferențiate și incluziune în educație. Iași: Polirom, 2006. 13. Gonciaruc S. – „Incluziunea școlară a copiilor la lecțiile de educație fizică” - Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția a II-a din 26-27 octombrie 2017, Chișinău, USEFS. 14. Gonciaruc S. Andronachi N. Realități și principii actuale în abordarea dizabilități și a incluziunii la nivel internațional. În: Ghidul științifico-metodologic <i>Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în învățământul superior</i>. 15. Gonciaruc S. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015. 16. Gonciaruc S., Stempovschi T. Impactul educației fizice și sportului asupra formării comportamentului pro-social la elevi. În: Materialele Conferinței științifice internaționale: Familia – factor existențial de promovare a valorilor etern-umane (ed. II) 15-16 mai 2017., Chișinău, UPS ”Ion Creangă”. 17. Gonciaruc S., Racu A., Vârlan M. Proiectarea cercetării științifice din perspectiva integrării și incluziunii educaționale și sociale. În: Ghidul științifico-metodologic <i>Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în învățământul superior</i>. 2014. 18. Gonciaruc Sv., Leșcu A. „Impactul comportamentului prosocial asupra 	

incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice”. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.

19. Goncearuc Sv., Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației fizice incluzive Materialele Conferinței Științifico-practice „Educația incluzivă – dimensiuni provocări, soluții”. Ediția IX-a, 19 octombrie 2018, Universitatea de Stat „A.Russo” din Bălți.

20. Goncearuc S., Vrabie E. Stimularea creativității cadrelor didactice în educația incluzivă a elevilor cu CES. ”Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”, Materialele Conferinței Științifice Internaționale, 6 decembrie 2019 , Ediția V, Chișinău., ISBN 978-9975-131-78-0, pag.28-32.

21. Goncearuc S., Nenicu A. Aspecte teoretice privind particularitățile dezvoltării psihomotrice ale copiilor de 7-10 ani în cadrul lecțiilor de înot. În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția V-a 10-12 septembrie 2020, Chișinău, USEFS.

22. Goncearuc Sv., Leșco V. *Formarea profesorilor pentru dezvoltarea relațiilor școală – familie în procesul educației fizice.* În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale ”Formarea continua a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern”, 3 decembrie 2020, ediția 1-a, Chișinău, Republica Moldova, ISBN 978-9975-68-417-0. p. 36-44.

23. Lupuleac V., Goncearuc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.

24. Goncearuc S. Strategii de pregătire psihică a adolescenților în procesul antrenamentului sportiv. În Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studentești, Ediția a XXIV-a din 22 aprilie 2021.

25. Lupuleac V., Goncearuc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Civilizația europeană					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Nicolaiciuc Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.40	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Fiecare popor sau țară dispune de o cultură și o civilizație cu multiple forme de existență. Istoria Europei s-a format în mod coerent de organizare socială, politică, administrativă, religioasă și și-a exprimat viziunea sa proprie asupra vieții și a omului, a lumii, formulând și un sistem propriu de valori, și-a creat o artă originală. Ca știință generală despre cultură și civilizație, <i>Civilizația europeană</i> are scopul de a releva premisele cultural-istorice ale civilizației contemporane pentru studenții de la specialitatea <i>Fitness și programe de recreare</i>.</p> <p>În procesul de studiere a disciplinei se presupune familiarizarea studenților cu valorile culturale europene, care au început să se cristalizeze în epoca modernă, cu cultura națională ca parte componentă a culturii universale pentru a le trezi interesul față de dialectica proceselor culturale și importanța lor socială, de a le ridica nivelul conștiinței civice și mândria față de cultura țării noastre.</p> <p>A cunoaște istoria este o autocunoaștere a propriei tale entități umane, în variatele modelări pe care viziunea omului dintr-o anumită epocă au imprimat-o gândirii, simțirii, faptelor; lucru necesar mai ales astăzi când pulsuniile simțirii se nasc și mor pe loc, iar intelectul tinde să devină lipsit de aripi, când sirenele răgușite ale tehnicii și ale consumului imediat, fără iradiere, închid orizontul spiritual până la anulare.</p> <p>Un rol important în societate contemporană îi revine și religiei. Acum, când adevărul este amar, până la de nesuportat, „avem arta pentru a nu muri din cauza adevărului”, cum afirma Nietzsche. Iar Mallarme credea că lumea se va mântui printr-o literatură mai aleasă, prin cunoașterea ideii divine. În lume, zbuciumată de conflicte religioase, cunoașterea doctrinelor și dogmaticii principalelor religii universale, constituie un factor important în făurirea unei societăți tolerante,</p>						

	<p>capabile se reziste xenofobiei, naționalismului și șovinismului radical.</p> <p>Amplificarea orizontului de cultură a studenților, orientarea comportamentului cultural spre standarde mai înalte, formarea gustului și atitudinii estetice dezirabile, stimularea interesului pentru un evantai cât mai larg de valori culturale formează obiectivele cursului dat. Acest curs este necesar pentru a reda învățământului sportiv aspect umanistic, toleranța față de diferențele etnice, culturale și religioase.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul istoriei în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința istorică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale istoriei civilizației profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale istoriei; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Revoluția burgheză în Anglia.	3	2	1	3
	2	Revoluția franceză.	3	2	1	3
	3	Franța în perioada imperiului.	3	2	1	3
	4	Pactul european. Congresul de la Viena.	3	2	1	3
	5	Revoluția democratică din 1848 în țările Europei.	3	2	1	3
	6	Revoluția de la 1848 în principatele române.	3	2	1	3
	7	Europa între anii 1848 – 1878.	3	2	1	3
	8	I-ul război mondial.	3	2	1	3
	9	Sistemul Versailles-Washington	3	2	1	3
	10	Regimurile totalitare în sec. al XX-lea în Europa.	3	2	1	3
	11	Al II-lea război mondial.	3	2	1	3
	12	Conferințele de la Ialta și Potsdam. Proiectul lumii postbelice.	3	2	1	3
	13	Istoria politică a războiului rece.	3	2	1	3
	14	Destrămarea URSS.	3	2	1	3
15	Cultura europeană în epoca modernă și contemporană.	3	2	1	3	
Total			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview</i>, <i>chestionare orală</i>, <i>conversație</i>, <i>expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al</p>					

	<p>acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. G. Socolov, <i>Istoria și filosofia culturii</i>, Chișinău, 1998. 2. G. Popa, <i>Istoria culturii și a civilizațiilor</i>, Iași, 1997. 3. F. Braunstein-Silvestre, <i>Ghid de cultură generală</i>, București. 4. <i>Literatura și arta Moldovei</i>, Enciclopedie, v. I Chișinău, 1985. 5. Dan Petre, <i>Mica enciclopedie de cultură și civilizație românească</i>, București - Chișinău, 2002. 6. Ovidiu Drîmba, <i>Istoria culturii și civilizației</i>, vol. 1-10, București, 2004. 7. M. Eliade, <i>Istoria credințelor și ideilor religioase</i>, București v. I-III, 1986. 8. A. Mitru, <i>Legendele Olimpului</i>, V.I-II, București, 2001. 9. D. Golițov, <i>Arta plastică a Moldovei</i>, Chișinău, 1987. 10. C. Dragomir, <i>Coiful magic. Mituri și legende ale popoarelor lumii</i>, Chișinău 1989. 11. <i>Istoria lumii în date</i>, București, 1972. 12. I. Hîncu, <i>Vestigii strămoșești</i>, Chișinău, 1990. 13. D. Antonescu, <i>Introducere în arhitectura dacilor</i>, București, 1970. 14. <i>Cultura Moldovei în timpul lui Ștefan cel Mare</i>, București, 1964. 15. M. Cimpoi, <i>Duminica valorilor</i>, Chișinău, 1989. 16. N. Dabija, <i>Pe urmele lui Orfeu</i>, Eseuri, Chișinău, 1989. 17. <i>Cincizeci de biografii ale măiestrilor artei plastice</i>, Chișinău, 1984. 18. I. Dolgopolov, <i>Maieștri și capodopere</i>, Chișinău, 1988. 19. E. Faure, <i>Istria artei, arta renașterii</i>, București, 1988. 20. O. Drimba, <i>Pagini despre cultura europeană</i>, copyright, 1994. 21. E. Barașcov, <i>Vechi civilizații</i>, Chișinău, 1991. 22. M. Florian, <i>Cosmologia elenă</i>, Paideia, 1993. 23. G. Andreescu, <i>Iliada, Odiseea, Eneida</i>, București, 1994. 24. A. Ferrari, <i>Dicționar de mitologie greacă și romană</i>, Polirom 2003. 25. O. Drimba, <i>Literatura universală</i>, clasa 11-a, 12-a. 26. C. Bîrzea, <i>Arta și știința</i>, Chișinău, 2000. 27. G. Călinescu, <i>Istoria literaturii române</i>, Chișinău, 1996. 28. I. Hîncu, <i>Străvechi monumente din Republica Moldova</i>, Chișinău, 1996. 29. Berstein Serge, Milza Pierre., <i>Istoria Europei</i>, Institutul European, Iași, 1998, vol. III (p. 329- 359), vol. IV (p. 186-190; 299-336). 30. Bratu Doru, <i>Revoluțiile lumii moderne</i>, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 57- 90. 31. Bratu Doru, <i>Constituirea și evoluția statelor naționale (secolul al XIX-lea-1918)</i>, Editura Fundației România de Măine, 2008. 32. Geiss Imanuel, <i>Istoria lumii. Din preistorie până în anul 2000</i>, Editura All, București, 2002. 33. Duțu Alesandru, <i>Evoluții diplomatice și teritoriale în Europa în secolele XIX-XX</i>, Editura Fundației România de Măine, 2008. 34. Onișoru Gheorghe, <i>Istoria contemporană universală 1917-1945</i>, București, Editura Fundației România de Măine, 2005. 35. Onișoru Gheorghe, <i>Istoria contemporană universală după 1945</i>, București, Editura Fundației România de Măine, 2004. 36. Zorin Zamfir, <i>Istoria contemporană a României</i>, București, Editura Oscar 	

Print, 2003.

37. *100 великих картин*, Москва, 2002.
38. *Культура, человек и картина мира*, Москва, 1987.
39. *Культура и философия*, Москва, 1983.32. *Искусство – живопись, скульптура, архитектура, графика*, Москва, 1987.
40. *100 великих сокровищ*, Москва, 2006.
41. *100 великих скульпторов*, Москва, 2002.
42. В. Павлов, *Искусство древнего Египта*, Москва, 1962.
43. С. Артаманов, *Литература древнего мира*, Москва, 1988.
44. Н. Дмитриева, *Античное искусство*, Москва, 1988.
45. Н. Машкин, *История древнего Рима*, Москва, 1965



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Politologia					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Carp Lilian					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.41	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Politologie</i> reprezintă un demers teoretic axat pe analiza structurilor și mecanismelor de funcționare ale politicului în societate. Orice investigație profundă și amănunțită asupra sistemului social global, inclusiv asupra condiției umane, nu se poate realiza fără o analiză a politicului. Ultimele evenimente din spațiul internațional, dar și cel național arată că sectorul politic rămâne locul deciziei și interfața care permite comunicarea cu celelalte domenii ale vieții sociale.</p> <p>Prin conținutul său, cursul își propune să creeze cadrul pentru inițierea studenților de la specialitatea <i>Fitness și programe de recreare</i> cu instrumentarul conceptual al științei politice urmărind să contribuie la formarea unor abilități cognitive care să faciliteze operarea cu aceste concepte în realizarea unor analize științifice ale fenomenelor politice. În cadrul orelor practice se vor analiza diferite aspecte legate de curs cu scopul de a-i deprinde pe studenții de la specialitatea <i>Fitness și programe de recreare</i> să sesizeze factorii implicați în viața politică și modul în care aceștia interacționează, determinând dinamica celorlalte domenii ale vieții sociale. Structurarea cursului nu constituie o simplă succesiune de teme. Ea vizează o ordonare logică, dar și una didactică a materialului.</p> <p>Prin valorile pe care le evidențiază și cu care operează, convertite în comportamentul politic, prin impactul asupra membrilor societății, cursul de <i>politologie</i> capătă o deosebită însemnătate în procesul formării profesionale, lărgind și îmbogățind atât competențele cognitive, cât și orizontul spiritual al studenților de la specialitatea <i>Fitness și programe de recreare</i>.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului.• Capacitatea de a analiza literatura domeniului politic.						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul politologiei. • Implementarea cunoștințelor teoriei politice privind analiza activității partidelor politice. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul științei politice în analiza proceselor politice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a studia dimensiunile ideologice ale activității partidelor politice. • Selectarea metodelor eficiente de cercetare ale activității actorilor politici. • Abilitate de a activa în instituțiile societăților civile și politice din țară. • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Aplicarea tehnologiilor informaționale în procesul de analiză a fenomenelor și instituțiilor politice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze cuzaitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul politologiei; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze ideologiile politice din țară; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p style="text-align: center;">Total</p>	<p style="text-align: center;">Curs</p>	<p style="text-align: center;">Seminar</p>	<p style="text-align: center;">LI</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">12</p>	<p style="text-align: center;">4</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">6</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>
			<p style="text-align: center;">6</p>	<p style="text-align: center;">2</p>	<p style="text-align: center;">1</p>	<p style="text-align: center;">3</p>

	Total	90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%			
	Nota pentru evaluarea finală	40%			
	Nota evaluarea curentă	20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%			
	Nota lucrul individual	20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Almond Gabriel A., Știința politică: istoria disciplinei.- Manula de știință politică / ed.: Robert E. Goodin, Hamns – Dieter Klingemann; trad.: Irina Ana Kantor, Ileana - Cristina Stănuș, Romana Careja... – Iași: Polirom, 2005. P. 60 – 97. Aristotel, Statul, editura Antet, București 2003. Aristote, Politica, editura Antet, București 2003. Beniuc V., Politologia, Chișinău, 2000. Dicționarul marilor gânditori politici ai secolului XX (coordonatori Robert Benewick și Philip Green), Editura Artemis, 2002 Efremov V. Politologie. Teste.-Ch.,2009. Efremov V. Politologie: Știință și disciplină de studiu. Ch., 2010. Efremov V. Evoluția gândirii politice. – www.perspectiva.md Enciu N. Politologia. – Chișinău: Civitas, 2005 Fisichella D., Știința politică: probleme,concepte teorii / Domenico Fasichella; trad. Și postf. De Vixctor Moraru. – Iași: Polirom, 2007 Lijphart, Arend – Modele ale democrației, Polirom, Iasi, 2006 Miroiu, Adrian - Fundamentele politicii (volumele 1 si 2), Polirom, Iasi, 2006 				

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">13. Mungiu-Pippidi, Alina (coord.) – Doctrine politice, Polirom, Iasi, 199814. Mitran I., Politologia în fața secolului XXI., București, 1997.15. Moșneaga V., Politologia, Chișinău, 199916. Nay, Oliver – Istoria ideilor politice, Iasi: Polirom, 200817. Oxford. Dicționar de politică(coord. Lain Mclean), Editura Universul enciclopedic, București, 200118. Rusnac Gh., Moșneaga V., Varzari P., Politologia – știință și disciplină de studiu. - Politologie: manual pentru specialitățile nonprofil. Univ. De Stat din Moldova. FRIȘPA. Catedra Politologie și Educație Civică. – Ch.: CEP USM, 200719. Rusnac Gh. Știința politică în Republica Moldova la etapa actuală // MOLDOSCOPIE (Probleme de analiză politică). Nr. 2 (XXXVII), 2007. – Chișinău CEP USM, 2007.20. Țirdea, Bogdan Noroc L., Politologie, Chișinău, 2008 |
|--|--|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREERE</i>					
Denumirea cursului		Elemente de cultură universală și națională					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 06 O.42	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității <i>Fitness și programe de recreere</i>, lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Prezentul curriculum examinează două aspecte principale:</p> <ul style="list-style-type: none">• unul care reglează acțiunea educativă, cuprinzând finalitățile, scopurile, obiectivele de studiu.• celălalt, care permite realizarea acestora, respectiv căile, mijloacele, și activitățile. <p><i>Curriculum este axat pe următoarele obiective:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului istoric, care reglementează activitatea studenților pe tot parcursul studierii teoriei și istoriei culturii;• obiectivele cadru ale învățământului istoric universitar;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc progresul în achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii; <p>În vederea realizării obiectivelor de referință sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în 90 ore pe parcursul unui semestru.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; • Să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; • Să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; • Să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; • Să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p>La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; • Să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății (adaptare, schimbare, condiționare, etc.) • Să determine locul și importanța diferitelor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; • Să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. • Să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană. 					
			Numărul de ore			
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul și problematica disciplinei	6	2	1	3
	2	Valoarea –concept fundamental al filosofiei culturii.	6	2	1	3
	3	Naționalul și Universalul în cultură	6	2	1	3
	4	Cultura și civilizația Indiei antice.	6	2	1	3
	5	Cultura și civilizația Egiptului Antic.	6	2	1	3

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	6	Cultura și civilizația Greciei antice.	6	2	1	3
	7	Cultura și civilizația Romei antice.	6	2	1	3
	8	Cultura și civilizația Evului Mediu.	6	2	1	3
	9	Cultura epocii Renașterii	6	2	1	3
	10	Cultura epocii Moderne	6	2	1	3
	11	Cultura epocii Contempo-rane	6	2	1	3
	12	Civilizația geto-dacilor.	6	2	1	3
	13	Cultura românească medievală	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
	15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;elaborarea de proiecte. 					
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei Elemente de cultură universală și națională se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să</p>					

	<p>exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atât produsul, cât și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Boia L. Istorie și mit în conștiința românească. București, editura Humanitas, 1997. 2. Botez-Crainic, A. Istoria artelor plastice. Vol. I-II. București, 1995; 3. Blaga L., Opere. Vol. 9: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1985. 4. Blaga L., Opere. Vol. 10: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1987. 5. Braunstein K, Repin J. K, Cultura pentru toți, București, 1997. 6. Bâțlan, I. Istoria culturii și civilizației universal. – București, 1995; 7. Calugher Viorica, Elemente de cultură universală și națională. Chișinău, 2017. 8. Chamoux, F. Civilizația greacă. Vol. I. –București. – Meridiane. -1985; 9. Cristea M., Sistemul educațional și personalitatea. București, Editura Didactică și Pedagogică, 1994. 10. Cultură și societate – studii privitoare la trecutul românesc, volum îngrijit de Al. Zub, București, Editura Științifică, 1991. 11. Harari Noah. 21 de lectii pentru secolul XXI, Polirom, 2018. 12. Hâncu I. Străvechi monumente din Republica Moldova. Chișinău, 1996. 13. Deagaciov L., Roșca S. Apariția și dezvoltarea gândirii filozofice în Moldova, Chișinău, 1992. 14. Drimbă O., Incursiuni în istoria civilizațiilor, București, 1985 15. Delacroix H., Psihologia artei, București, 1983. 16. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-4, București, 1986, 1987, 1990, 1995. 17. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-10, București, 1998. 18. Drimba O., Incursiuni în civilizația omenirii, Vol. 1-2, București, 1993-1996. 19. Drîmbă, O. Istoria culturii și civilizației. – București. - 1997. – vol. I – X; 20. Enciclopedia istoriografiei românești, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1978. 21. Istoria civilizației și culturii universale și naționale. Sub red. Gr. Socolov. – Chișinău, 1998; 22. Куманецкий, К. История культуры Древней Греции и Рима. – Москва: Высшая школа. 1990. 23. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, București, 1996 24. Lovinescu E. Istoria civilizației române moderne. București, editura Minerva, 1997. 25. Pâslaru V., Principiul etno - cultural în învățământul din Republica Moldova. Revista de pedagogie (București, Romania), 1993. Nr. 8-12. 26. Peter A. Clayton, P.G. Maxwell-Stuart, Joyce Tyldesley, Chris Scarre, Cronica Faraonilor. Cronica Papilor. Cronica Împăraților Romani. Cronica Regilor Egiptului. Rao Books. 2015. 27. Popa, G. Istoria culturii și a civilizațiilor. - Iași: Cugetarea, 1997; 28. Tănase Al., Introducere în filosofia culturii. București, Editura Științifică, 1968. 29. Radu G. Ideea de progres cultural în lumea contemporană. Iași, 1981. 30. Radu F. Metamorfoza culturii în secolul al XX-lea. București, 1988. 31. Solcanu I. Globalizare și cultură națională – o dilemă reală. Convorbiri 	

literare, 2006.

32. Ungureanu I. Idealuri sociale și rtealități naționale, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1988.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Educația interculturală					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.43	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Educație interculturală</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel, se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația culturală are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, cultura națională și universală are menirea de a forma un cetățean cu vederi democratice, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Curriculum-ul la disciplină se adresează cadrelor didactice universitare, studenților de la specialitatea <i>fitness și programe de recreare</i>, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Disciplină socio-umanistică, <i>Educația interculturală</i>, are sarcina să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane. Educația interculturală reprezintă unul dintre cele mai importante și actuale aspecte care contribuie la cunoașterea trecutului și patrimoniului cultural și la formarea cetățeanului democratic.</p> <p>Misiunea <i>Educației interculturale</i> ca disciplină de studiu este orientată prioritar spre înțelegerea trecutului, prezentului și a diversității tradițiilor culturale și istorice</p>						

	ale popoarelor lumii pentru a înlătura prejudecățile și a încuraja toleranța între oameni. Așadar, predarea disciplinei trebuie să aibă la bază ideea de reconciliere și influențele reciproce pozitive între popoare.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației interculturale; • să caracterizeze elementele culturii naționale; • să gestioneze conflictele interculturale din cotidian; • să contureze profilul personalității interculturale; • să argumenteze importanța formării din perspectivă interculturală. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul și problematica filosofiei culturii	12	4	2	6
	2	Valoarea – concept fundamental al filosofiei culturii	6	2	1	3
	3	Conceptul de educație interculturală	6	2	1	3
	4	Diversitatea culturală și identitatea în contextul globalizării	6	2	1	3
	5	Spre intercultural prin cultural	6	2	1	3
	6	Competență interculturală	6	2	1	3
	7	Design-ul educației interculturale	6	2	1	3
	8	Societatea interculturală	12	4	2	6
	9	Scoala interculturală	6	2	1	3
	10	Democrație și interculturalitate	6	2	1	3
	11	Culturi în contact	6	2	1	3
12	Stereotipuri și prejudecăți în comunicarea interculturală	12	4	2	6	
Total			90	30	15	45
Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și						

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>transdisciplinare.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;elaborarea de proiecte. 	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Educație interculturală</i> se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arhip A. Noile educații. Chișinău: FEP „Tipografia centrală”, 1996. 2. Bezede R. Competența interculturală: instrumente de evaluare. Ghid metodologic pentru cadre didactice preuniversitare. Chișinău: C.E. PRO DIDACTICA, 2016. 3. Bontaș I. Tratat de pedagogie. Ediția a VI-a. București: BIC ALL, 2007. 4. Burdujan R. Competența interculturală ca finalitate a educației interculturale 	

- In: *Univers Pedagogic*, nr. 3, 2007. Chișinău: IȘE, 2007. pp. 7-11.
5. Căce C., Stăiculescu C. Educația interculturală – dimensiune a educației contemporane. In: *Studia Universitas*, nr. 9, 2007. Chișinău: USM, 2007. pp. 122-129.
 6. Cozma T. O nouă provocare pentru educație: interculturalitatea. Iași: Polirom, 2001. 216 p.
 7. Cristea S. Educația interculturală. In: *Didactica Pro...* Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (20-21), 2003. Chișinău, pp. 98-99.
 8. Cucuș C. Educația. Dimensiuni culturale și interculturale. Iași: Polirom, 2000. 288 p.
 9. Cucuș C. Pedagogie. Ed. a II-a rev. și adăug. Iași: Polirom, 2006. 464 p.
 10. Dasen P., Perregaux C., Rey M. Educația interculturală: experiențe, politici, strategii. Iași: Polirom, 1999. 208 p.
 11. Educație interculturală în Republica Moldova. Chișinău: ARC, 2004. 220 p.
 12. Joița E. Pedagogia. Știința integrativă a educației. Iași: Polirom, 1999.
 13. Nedelcu A. Fundamentele educației interculturale. Diversitate, minorități, echitate. Iași: Polirom, 2008.
 14. Plengei A. Educația pentru toți. In: *Didactica Pro...* Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (62-63), 2010. Chișinău, pp. 91-82.
 15. Pogolșa L. et. al. Educație interculturală. Curriculum școlar, clasele I-IX. Chișinău, 2012. Pe: https://mecc.gov.md/sites/default/files/educatia_interculturala_clasele_i-ix.pdf
 16. Redu M. Educația interculturală în noul context european. In: *Revista de pedagogie*, nr. LIX (1), 2011. Chișinău: IȘE, pp. 25-32.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Filosofia și logica domeniului de formare profesională					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Nicolaiciuc Natalia					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 06 A.44	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul Filosofia și logica domeniului de formare profesională are menirea de a veni în ajutor studenților specialității Fitness și programe de recreare, doctoranzilor, profesorilor și tuturilor celor care se interesează de problematica culturologiei.</p> <p>Disciplina face parte din componenta de orientare socioumanistică din planul de învățământ, care are ca scop formarea unui orizont larg de cultură filozofică, politologică, sociologică, psihologică și economică, care i-ar permite viitorului specialist să-și asume responsabilități într-o societate liberă și să se adapteze operativ și eficient la modificările din societate. La USEFS, disciplina Filosofia și logica domeniului de formare profesională urmează să fie predată ca o știință de sinteză, umanistă prin excelență, având în centrul ei omul și activitatea umană, care trebuie să îmbogățească viața și cunoașterea fiecărui student, dezvoltându-i înțelegerea sensului și devenirii culturii.</p> <p>Instruirea culturologică are misiunea să pregătească tinerii pentru a se orienta mai ușor în lumea contemporană, care constituie rezultatul dezvoltării istorice a mai multor culturi și civilizații umane. Totodată, aceasta va contribui la înțelegerea mai bună și stabilirea contactelor dintre reprezentanții diferitor culturi și civilizații contemporane, și în rezultat să aprecieze originalitatea și valoarea diferitor culturi, să se orienteze în mediul cultural al societății contemporane, să fie apt de a participa în dialogul culturilor. Cursul conține trei compartimente ce corespund standartelor internaționale: elemente de filozofie a culturii, istoria culturii universale, istoria culturii naționale. Compartimentul privind filosofia culturii are ca obiect de studiu procesul creației umane și rezultatul specific al acestui proces – fenomenul cultural – în multidimensionalitatea sa, precum și interrelațiile acestuia cu celelalte componente ale socialului. Sunt reflectate legile genezei și dezvoltării culturii, definiția generală,</p>						

	<p>structurală și funcțională a fenomenului cultural; definiția, structura și funcționarea valorilor, clasificarea acestora; raportul dintre cultură și civilizație; funcțiile modelatoare ale culturii; statutul de om cult, raportul dintre național și universal în cultură etc.</p> <p>Partea privind istoria culturii universale se bazează pe studierea culturilor în corespundere cu nivelurile de dezvoltare a înțelepciunii umane. Se studiază culturile de la origine și până la declin, sau până în zilele noastre. Selecția noastră s-a oprit asupra acelor care în decursul existenței lor și-au desfășurat, pe multiple planuri, toate posibilitățile creatoare, care și-au constituit un profil de o marcată originalitate, care ajungând astfel să se impună ca organisme viguroase, mature, complete, devenind adevărate modele pentru unele popoare din jur și au contribuit substanțial la îmbogățirea patrimoniului de valori al omenirii. Fiecare capitol dedicat unei anumite culturi are drept scop să releve contribuția sa efectivă și locul pe care îl ocupă astfel în istoria umanității. Compartimentul care include istoria culturii naționale îi familiarizează pe studenți cu originea, dezvoltarea de-a lungul, etapelor istorice, interacțiunea cu alte culturi, specificul și originalitatea, tendințele principale ale culturii naționale și cu modalitatea încadrării ei în cultura universală. Modalitatea de abordare a temelor o constituie expunerea în sinteză a culturologiei contemporane, la o anumită problemă de filozofie a culturii sau, în cazul istoriei culturii, făcând apel la cercetătorii reprezentativi atât din domeniul istoric, precum și al filozofiei, eticii, esteticii, științei sau al istoriei artei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul filosofiei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminariile și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 																																																																																																										
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 25%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">Seminar</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>Obiectul de studiu și problematica Filosofiei</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>2</td><td>Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>3</td><td>Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>Filosofia medievală</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>5</td><td>Filosofia epocii Renașterii</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>6</td><td>Filosofia Modernă</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>7</td><td>Filosofia Contemporană: orientări și stiluri de gândire</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>8</td><td>Gândirea filosofică națională.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>9</td><td>Concepte fundamentale ale ontologiei. Ontologia umanului</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>10</td><td>Determinismul, principiile devenirii.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>11</td><td>Gnoseologia și Epistemologia.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>12</td><td>Antropologia.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>13</td><td>Axiologia</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>14</td><td>Cultura românească în epoca modernă</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>15</td><td>Cultura națională contemporană</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td><td>90</td><td>30</td><td>15</td><td>45</td></tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	3	2	1	3	2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	3	2	1	3	3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	3	2	1	3	4	Filosofia medievală	3	2	1	3	5	Filosofia epocii Renașterii	3	2	1	3	6	Filosofia Modernă	3	2	1	3	7	Filosofia Contemporană: orientări și stiluri de gândire	3	2	1	3	8	Gândirea filosofică națională.	3	2	1	3	9	Concepte fundamentale ale ontologiei. Ontologia umanului	3	2	1	3	10	Determinismul, principiile devenirii.	3	2	1	3	11	Gnoseologia și Epistemologia.	3	2	1	3	12	Antropologia.	3	2	1	3	13	Axiologia	3	2	1	3	14	Cultura românească în epoca modernă	3	2	1	3	15	Cultura națională contemporană	3	2	1	3	Total		90	30	15	45
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																																							
		Total	Curs	Seminar	LI																																																																																																						
1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	3	2	1	3																																																																																																						
2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	3	2	1	3																																																																																																						
3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	3	2	1	3																																																																																																						
4	Filosofia medievală	3	2	1	3																																																																																																						
5	Filosofia epocii Renașterii	3	2	1	3																																																																																																						
6	Filosofia Modernă	3	2	1	3																																																																																																						
7	Filosofia Contemporană: orientări și stiluri de gândire	3	2	1	3																																																																																																						
8	Gândirea filosofică națională.	3	2	1	3																																																																																																						
9	Concepte fundamentale ale ontologiei. Ontologia umanului	3	2	1	3																																																																																																						
10	Determinismul, principiile devenirii.	3	2	1	3																																																																																																						
11	Gnoseologia și Epistemologia.	3	2	1	3																																																																																																						
12	Antropologia.	3	2	1	3																																																																																																						
13	Axiologia	3	2	1	3																																																																																																						
14	Cultura românească în epoca modernă	3	2	1	3																																																																																																						
15	Cultura națională contemporană	3	2	1	3																																																																																																						
Total		90	30	15	45																																																																																																						
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz</p>																																																																																																										

	diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antologia de filosofie românească, voi. 1 București, Minerva, 1986. 2. Anton I. Adămuț, <i>Filosofia Sfintului Augustin</i>, editura Polirom 2001 3. Aristotel, <i>Statul</i>, editura Antet, București 2003 4. Aristotel, <i>Politica</i>, editura Antet, București 2003 5. Boboc A., Mihai N., <i>Filosofia contemporană. Principalele orientări și stiluri de gândire</i>, Chișinău, 1993. 6. Capcelea V., <i>Filosofie</i>, ed. a 3-a, revăzută și adăugită, Chișinău, Arc, 2002 7. Cazan Gh., <i>Istoria filosofiei românești</i>, București, Ediția Didactică și pedagogică, 1984 8. Kant Im. <i>Critica Rațiunii Pure</i>. București, Polirom 2007. 9. Didier L, <i>Dicționar de filosofie</i>. București, ed. Univers Enciclopedie, 1996. 10. <i>Filosofia contemporană</i>, București, Caramond, 1999. 11. <i>Filosofia neokantiană în texte</i>, București 1993 12. Flora L, <i>Filosofie</i>, București, ed. Fundației "România de mâne", 1999. 13. Florian M., <i>Filosofie generală</i>, București, Caramond, 1995. 14. Georgescu D., Lăcătuș M., <i>Mari filosofi ai lumii</i>, București, ed. Didactică și Pedagogică, 1995 15. <i>Istoria filosofiei</i>. sub. red. lui M. Bulgaru, vol. I, II, Chișinău, 1999 16. <i>Lecții de filosofie</i>, București, Humanitas, 1990. 17. Nietzsche F., <i>Amurgul idolilor</i>, Cluj-Napoca, 1990 18. Mirioan M., <i>Filosofie</i>, București, ed. didactică și pedagogică, 1993 19. Vasilie Muscă, <i>Introducere în Filosofia lui Platon</i>, editura Polirom, 2002 20. Schopenhauer A., <i>Lumea ca voință și reprezentare</i>, Iași, 1995 V.1, V.2, V.3 21. Schopenhauer A., <i>Viața. Amorul. Moartea</i>. București, 1992 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Istoria mentalităților colective					
Titularul cursului		Leșcu Artur					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A. 45	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@ mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cele mai recente perspective din domeniul discursului istoric (la nouvelle histoire - istoria nouă) se referă la promovarea unei imagini novatoare și globale asupra trecutului, având în vedere modul (sau mai degrabă modurile), manierele în care oamenii societăților trecute văd, percep și își imaginează cosmosul, lumea care-i înconjoară, cum se văd pe ei înșiși, cum îi văd pe ceilalți, precum și sistemele de valori în funcție de care își modelează atitudini, comportamente, reacții unii față de ceilalți și față de provocările mediului natural, social sau politic. Într-un cuvânt, paradigma mentală specifică unui anumit timp istoric.</p> <p>Istoria mentalităților a inaugurat o perspectivă dinamică asupra trecutului, încercând să evite capcanele unui determinism rigid, care merge direct de la cauză la efect. Spiritul pluridisciplinar prin care se caracterizează noua viziune istorică (psihologie socială, geografie umană, demografie istorică, lexicologie, semantică, etc.) este unul dintre principalele atribute ale noului tip de discurs. În centrul investigației este așezat nu un om abstract și universal, ci o ființă concretă din punct de vedere istoric, așezat în mijlocul lumii sale și nu rupt de aceasta. Atenția este acordată oamenilor cu toate trăirile, emoțiile, pasiunile, crizele și reveriile lor, uneori raționale, dar cel mai adesea instinctive, și nu indivizilor care se reduc la o simplă proiecție socială a unei imagini mascate, fie voit, fie accidental.</p>						
	Competențe profesionale: Presupun un bogat sistem de cunoștințe despre: <ul style="list-style-type: none">• geneza istoriei mentalităților colective;• personalitățile care au contribuit la instituționalizarea istoriei mentalităților colective;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • funcțiile istoriei mentalităților colective; • etapele de constituire a istoriei mentalităților colective; • rolul și locul istoriei mentalităților colective în structura științelor socioumane; • concepțiile istoriei mentalităților colective. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • deprinderi de înțelegere a fenomenului social; • capacitate de a explica rolul, și funcționarea instituțiilor sociale; • putere de convingere; • spirit analitic față de procesele care au loc în viața socială și în viață prin prisma istorică; • accesibilitate, simplitate în prezentarea informațiilor și interpretarea fenomenelor; • gândire și imaginație despre procesele globalizării, relațiilor internaționale. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze cuzaitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul istoriei mentalităților colective; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze esența istoriei mentalităților colective; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Istoria și aspirațiile descoperirii umanului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>2</p>		<p>Mentalitățile, un domeniu la frontiera dintre științe</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>3</p>		<p>Repere ale unei istorii a religiei populare și a sentimentului religios. Religia prescristă și religia populară. Sensibilitatea religioasă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>4</p>		<p>Istoria atitudinilor în fața morții</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>5</p>		<p>Sentimentul de frică, insecuritate, dar și de securitate</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>6</p>		<p>Avatarurile imaginarului de-a lungul istoriei</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>7</p>		<p>Filosofia contemporană: orientări și stiluri de gândire</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	8	Descoperirea imaginarului colectiv	6	2	1	3
	9	Imaginar și mentalități	6	2	1	3
	10	Funcțiile imaginarului colectiv	6	2	1	3
	11	Utilajul imaginarului: reprezentări, arhetipuri, simboluri, scheme	6	2	1	3
	12	Viziunea despre lume	6	2	1	3
	13	Domeniile imaginarului social.Miturile. Utopiile	6	2	1	3
	14	Utopiile și Istoria	6	2	1	3
	15	Omul nou și Regenerarea	6	2	1	3
	Total			90	30	15
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea/prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează două lucrări de control (testări).</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%		
	Nota lucrul individual			20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Philippe Ariès, Omul în fața morții, Buc., Meridiane, 1998. Lucian Boia, Pentru o istorie a imaginarului, Buc., Humanitas, 2000. Idem, Istorie și mit în conștiința românească, Humanitas, 1997. Idem, Sfârșitul lumii. O istorie fără sfârșit, Buc., Humanitas, 1999. Idem, Mitul longevității. Cum să trăim 200 de ani, Humanitas, 1999. Idem (coord), Mitologia științifică a comunismului, Buc., Humanitas, 1999. Jurgis, Baltrusaitis, Evul Mediu fantastic, Buc., Ed. Meridiane, 1975. Marc Bloch, Regii thaumaturgi, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 1996. Fernand Braudel, Structurile cotidianului: posibilul și imposibilul, vol. I, trad. A. Riza, Buc., Editura Meridiane, 1984. 					

10. Ernst Cassirer, *Mitul Statului*, Iași, Institutul European, 2001.
11. Michel de Certeau, *Fabula mistică. Secolele XVI-XVII*, trad. M. Jeanrenaud, Iași, Polirom, 1996.
12. Roger Chartier, *Lecturi și cititori în Franța Vechiului Regim*, Buc., Meridiane, 1997.
13. R. Chartier, *Originile culturale ale Revoluției franceze*, (trad. din lb.fr.), Timișoara, SEDONA, 1998.
14. Pierre Chaunu, *Civilizația Europei în secolul Luminilor*, Buc., Ed. Meridiane, 1986.
15. Emil Cioran, *Istorie și Utopie*, București, Humanitas, 1992.
16. Jean Delumeau, *Naissance et affirmation de la Réforme*, Paris, PUF, 1965.
17. J. Delumeau, *Le catholicisme entre Luther et Voltaire*, Paris, PUF, 1971.
18. J. Delumeau, *Frica în Occident (secolele XIV-XVIII). O cetate asediată*, trad. M. Moraru, vol I-II, Buc., Ed. Meridiane, 1986.
19. J. Delumeau, *Mărturisirea și iertarea. Dificultățile confesiunii. Secolele XIII-XVIII*, trad. I. Ilinca, Iași, Polirom, 1998.
20. Catherine Durand, *Discurs politic și modernizare în România*, Cluj, PUC, 2001, p. 34-45 (Cel mai bun subiect al istoriei românești: țăranul...)
21. Alexandru Dușu, *Histoire de la pensée et des mentalités politiques européennes*, București, Ed. Universității, 1997.
22. M. Eliade, *Aspecte ale mitului*, Buc., Ed. Univers, 1978.
23. François Furet, *Reflecții asupra Revoluției franceze*, Buc., Humanitas, 1992.
24. Raoul Girardet, *Mythes et mythologies politiques*, Éd. du Seuil, 1986;
25. Mituri și mitologii politice, Iași, Institutul European, 1997.
26. Jacques Le Goff, *Imaginarul medieval*, Buc., Ed. Meridiane, 1991.
27. L. Le Goff, *Negustorii și bancherii în Evul Mediu*, trad. N. Ghimpețeanu, Buc., Ed. Meridiane, 1994.
28. J. Le Goff, *Nașterea Purgatoriului*, trad. M. Carpov, Buc., Ed. Meridiane, 1995, vol. I-II.
29. J. Le Goff, *Banii și Viața*, trad. E. Stănescu, Buc., Ed. Erasmus, 1993.
30. Paul Hazard, *Criza conștiinței europene*, Buc., Ed. Univers, 1973.
31. P. Hazard, *Gândirea europeană în secolul al XVIII-lea*, București, Editura Univers, 1981.
32. Johan Huizinga, *Amurgul Evului Mediu*, trad. H.R. Radian, Buc., Ed. Meridiane, 1993.
33. *La Nouvelle Histoire*, Paris, Éd. Complexes, 1988.
34. Mituri istorice românești, (coord. L. Boia), București, Editura Universității, 1995.
35. Massimo Montanari, *Foamea și abundența. O istorie a alimentației în Europa*, trad. D. Cernica, E. Caraboi, Iași, Polirom, 2003.
36. Robert Muchembled, *L'Invention de l'homme moderne. Culture et sensibilités en France du XVe au XVIIIe siècle*, Paris, Librairie Arthème Fayard, 1988.
37. Robert Muchembled, *O istorie a Diavolului. Civilizația occidentală în secolele XII-XX*, Ed. Cartier, 2002.
38. S. Nicoară, *Mitologiile Revoluției pașoptiste românești. Istorie și imaginar*, Cluj-Napoca, P.U.C., 1999.
39. Idem, *Istorie și imaginar. Eseuri de antropologie istorică*, Cluj-Napoca, P.U.C., 2001.
40. S. Nicoară, T. Nicoară, *Mentalități colective și imaginar social. Istoria și noile paradigme ale cunoașterii*, Cluj-Napoca, Presa Univ. Clujeană/Mesagerul, 1996.
41. T. Nicoară, *Introducere în istoria mentalităților colective*, Cluj-Napoca, 1995.
42. Idem, *Clio în orizontul mileniului trei*, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2002.
43. *Omul bizantin*, coord. Guglielmo Cavallo Iași, Polirom, 2000.
44. *Omul romantic*, coord. François Furet, Iași, Polirom, 2000.
45. *Omul secolului al XIX-lea*, coord. Ute Frevert, H.-G Haupt Iași, Polirom, 2002.

- 46.Mona Ozouf, *La fête révolutionnaire 1789-1799*, Paris, Gallimard, 1976.
- 47.Al. Fl.Platon, *Societate și mentalități în Europa medievală*, Iași, Ed. Univ. Al.I.Cuza, 2000.
- 48.Marius Rotar, *Moartea în Transilvania în secolul al XIX-lea*, vol. I, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2006.
- 49.Jean-Paul Roux, *Regele. Mituri și simboluri*, Buc., Meridiane, 1998.
- 50.M.Segré, *Mituri, rituri și simboluri în societatea contemporană*, Tim. Amarcord, 2000.
- 51.Jean- Claude Schmitt, *Rațiunea gesturilor în Occidentul medieval*, trad. D. Marian, pref. Al. Duțu, Buc., Editura Meridiane, 1998.
- 52.Michel Senellart, *Artele guvernării. De la conceptul de “regimen” medieval la cel de guvernare*, trad. S.Opreșcu, Buc., Ed. Meridiane, 1998.
- 53.Barbu Ștefănescu, *Sociabilitate rurală. Violență și ritual*, Oradea, Editura universității din Oradea, 2004.
- 54.Elena Tacciu, *Mitologie romantică*, București, Cartea Românească, 1973.
- 55.Jean-Jacques Wunenburger, *Sacrul*, trad. M. Căluț, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2002.
- 56.Max Weber, *L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme*, trad. J. Chavy, Paris, Plon, 1964.(trad. *Etica protestantă și spiritul capitalismului*, Buc., Humanitas, 1993).
- 57.J.-J.Wunenburger, *Utopia sau criza imaginarului*, trad. T. Ionescu, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2001.
- 58.J.-J. Wunenburger, *L'Imaginaire, “Que sais-je?”* Paris, PUF, 2003



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		Tehnica de fitness de forță					
Titularul cursului		Prodan Dumitru					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 A. 46	Anul	III	Semestrul	V I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, P/M- practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	Seminar	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Tehnica de Fitness – Forță</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie psiho-motrice, moral-volitivă, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>În procesul de modernizare a curriculumului s-au luat în considerare următoarele aspecte:</p> <ul style="list-style-type: none">• experiențele programelor anterioare din republica Moldova;• experiența în acest domeniu din alte state europene;• problema formării unor competențe integratoare la studenți, care să fie practicate în viața cotidiană;• contribuția fitness-ului de forță la dezvoltarea calităților fizice, parte componentă a sistemului de învățământ din republică și a competențelor- cheie;• contribuția disciplinei la formarea absolventului, în mod deosebit la competențe care vizează: comunicarea, participarea la rezolvarea problemelor comunității, învățarea eficientă, educația continuă;• noile oportunități de predare-învățare a disciplinelor de fitness forță;• necesitatea de integrare a disciplinelor de fitness forță cu alte discipline de studiu. <p>Pe parcursul studierii disciplinei, curriculum-ul propune familiarizarea studenților cu probleme legate de necesitatea și rolul fitness-ului de forță în societate. Noțiuni, definiții și generalități ale „Tehnica”, Tehnica executării a exercițiilor în fitness-forță. Tehnica executării exercițiilor de bază pentru mușchii pectorali, tehnica</p>						

	<p>executării exercițiilor de izolare pentru mușchii pectorali. Tehnica executării exercițiilor de bază pentru mușchii spatelui, tehnica executării exercițiilor de izolare pentru mușchii spatelui. Tehnica executării exercițiilor de bază pentru mușchii membrelor inferioare, tehnica executării exercițiilor de izolare pentru mușchii membrelor inferioare. Tehnica executării exercițiilor de bază, izolare pentru mușchii deltoizi. Tehnica executării exercițiilor de bază, izolare pentru mușchii triceps. Tehnica executării exercițiilor de bază, izolare pentru mușchii biceps. Tehnica executării exercițiilor pentru grupele mici de mușchii. Unele dintre temele de bază a curriculei date sunt axate pe aprofundarea cunoștințelor în domeniul tehnicii executării exercițiilor de forță pentru toate grupele de mușchi. Curriculum-ul de față își propune să stimuleze interesul pentru valorile naționale și universale, să asigure condiții în formarea personalității studentului pentru continuarea învățării după facultate și să utilizeze abilitățile formate în cadrul orelor de fitness forță în viața cotidiană.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • noțiuni generale, generalități și definirea „tehnicii”, tehnica în fitness-forță • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de bază pentru mușchii pectorali; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de izolare pentru mușchii pectorali; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de bază pentru mușchii spatelui; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de izolare pentru mușchii spatelui; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de bază pentru mușchii membrelor inferioare; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de izolare pentru mușchii membrelor inferioare; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de bază pentru mușchii deltoizi; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de izolare pentru mușchii deltoizi; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de bază pentru mușchii triceps • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de izolare pentru mușchii triceps; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de bază pentru mușchii biceps • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor de izolare pentru mușchii biceps; • particularitățile tehnicii executării a exercițiilor pentru grupele mici de mușchi. <p style="text-align: center;">Competențe transversale și transdisciplinare</p> <p>Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p>Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții.

	<ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. <p>Competențe acțional-strategice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. <p>Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. <p>Competențe interpersonale, civice, morale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. <p>Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Cunoaștere:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Cunoașterea efectelor fitness-lui de forță asupra organismului uman; 2. Utilizarea cunoștințelor teoretice și practice specifice domeniului fitness-ului de forță; 3. Înțelegerea și utilizarea adecvată a exercițiilor din domeniul fitness-ului de forță; 4. Înțelegerea și demonstrarea corectă a exercițiilor de fitness-forță; 5. Cunoașterea și interpretarea tehnicii executării exercițiilor din fitness-forță; 6. Determinarea acțiunilor necesare pentru formarea unui proces de antrenament efectiv. <p>Aplicare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aprecierea obiectivă a situațiilor, faptelor și proceselor în timpul unui antrenament de forță; 2. Utilizarea metodelor și metodicilor din cadrul fitness-ului de forță; 3. Demonstrarea capacității de inovare în aplicarea metodelor tradiționale de studiu al fitness-ului de forță; 4. Formularea și susținerea argumentelor proprii în rezolvarea problemelor din domeniul fitness-ului. <p>Integrare:</p> <ol style="list-style-type: none"> a). <i>Autonomie și responsabilitate:</i> executarea responsabilă a sarcinilor de studii în condițiile unei autonomii restrânse și asistență calificată; să demonstreze creativitate în elaborarea proiectelor de cercetare, utilizând inovativ un spectru variat de metode calitative și cantitative. b). <i>Capacitatea de a învăța:</i> să evalueze în mod consecvent propriul proces de învățare; să-și identifice nevoile de formare. c). <i>Competențe sociale și de comunicare:</i> să manifeste atitudini pozitive față de impactul fitness-ului de forță asupra dezvoltării societății; să demonstreze comportamente democratice și respect față de valorile general-umane; să exprime o viziune personală asumată asupra lumii, care să reflecte solidaritatea cu ceilalți; să se familiarizeze cu rolurile și activitățile specifice muncii în echipă și cu distribuirea de sarcini între membri pe nivele subordonate. d). <i>Competențe profesionale:</i> competența de a păstra și de a aprecia patrimoniul național și local în context universal, prin realizarea activităților

	specifice profesiei; să conștientizeze nevoia de formare continuă, utilizare eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru dezvoltarea personală și profesională.					
	Nr. d/o	Tematica disciplinei	Total	Curs	Seminare	LI
	1	Noțiuni, generalități, definiția „tehnicii”, tehnica de fitness-forță	11	2	3	6
	2	Caracteristica tehnicii executării exercițiilor pentru mușchii pectorali	12	2	4	6
	3	Caracteristica tehnicii executării exercițiilor pentru mușchii spatelui	12	2	4	6
	4	Caracteristica tehnicii executării exercițiilor pentru mușchii membrelor inferioare	12	2	4	6
	5	Caracteristica tehnicii executării exercițiilor pentru mușchii deltoizi	12	2	4	6
	6	Caracteristica tehnicii executării exercițiilor pentru mușchii triceps	12	2	4	6
	7	Caracteristica tehnicii executării exercițiilor pentru mușchii biceps	12	2	4	6
	8	Caracteristica tehnicii executării exercițiilor pentru grupele mici de mușchi	7	1	3	3
	Total		45	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>trei lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. AFTIMICIUC, OLGA. Fitness: teorie și metodică / Olga Aftimiciuc, Marin Chirazi. – Iași: PIM, 2012. ISBN 978-606-13-0737-1. 2. Aplicarea cunoștințelor din fiziologie și medicină sportivă în practica sporturilor / A. Mariș, A.A. Mariș, V. Manolachi [et. al.]. – Ch.: Editura USEFS, 2011. – 214p. ISBN 978-9975-4077-8-6. 3. BOMPA, TUDOR O. Periodizarea antrenamentului sportiv: planuri științifice pentru forță și condiția fizică pentru 20 de discipline sportive / prof. univ. dr. Tudor O. Bompă, Michael C. Carrera. – Mușătești: Tana, 2006. ISBN (10) 973-87111-3-4. 4. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ANATOMIA ȘI FIZIOLOGIA OMULUI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 1. ABC Fitness School, - 2014. – 130p. 5. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. CHIMIE ALIMENTARĂ. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 2. ABC Fitness School, - 2015. – 58p. 6. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. ALIMENTAȚIA ÎN DIFERITE BOLI. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 3. ABC Fitness School, - 2015. – 73p. 7. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. TERAPII COMPLEMENTARE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 4. ABC Fitness School, - 2015. – 69p. 8. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. Principiile alimentare și valoarea nutritivă. Alimentația în diferite perioade ale vieții. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 5. ABC Fitness School, - 2014. – 124p. 9. Cazan Monica, Rusu Cristina-Ligia, Vasile Bogdan. PSIHO-NUTRIȚIE. Bază Curs Tehnician Nutriționist. Modulul 6. ABC Fitness School, - 2015. – 70p. 10. CHIRAZI, MARIN. Culturismul în școală – Importanță, practicare, efecte, cunoaștere / Marin CHIRAZI, Cătălin Constantin IOAN. – Iași: Performantica, 2007. ISBN 978-973-730-396-7. 11. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR AEROBIC-FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 213p. 12. MANUAL CURS ACREDITAT PENTRU OCUPAȚIA DE INSTRUCTOR DE FITNESS. ABC Fitness School, - 2016. – 186p. 13. PANAIEV, MIHAIL. Masajul în afecțiunile aparatului locomotor / Mihail Panaiev; trad.: Maria Sîrghe. – București: Rovimed Publishers, 2014. ISBN 973-7719-11-5. 14. PLATONOV, VLADIMIR. Periodizarea antrenamentului sportiv: teoria generală și aplicațiile ei practice / V.N. Platonov – București: Discobolul, 2015. ISBN 978-606-8603-10-0 15. Urso, Antonio. Weightlifting. Sport for all sports. Calzetti-Mariucci Editori di Roberto Calzetti Editore srl. – 2014. – 296p. ISBN 978-88-6028-359-7. 16. Анатомия силовых упражнений для мужчин и женщин. – Минск: Харвест, 2009. – 160с. ISBN 978-985-16-6059-5. 17. Афтимичук, О.Е. Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие] / О.Е. Афтимичук; Гос. Ун-т физ. Воспитания и спорта. – К.: "Valinex" SRL, 2011. – 310p. ISBN 978-9975-68-179-7. 18. Батырев М., Батырева Т. Спортивное питание. — СПб.: Питер, 2005. 	

— 144 с.: ISBN 5-469-00616-6

19.Бомпа, Тудор О. Серьезный силовой тренинг: пер. с англ. / Тудор О. Бомпа, Мауро Ди Паскуале, Лоренцо Дж. Корнаккиа. – М.: АСТ; Астрель, 2010. – 303. ISBN 978-5-17-061813-2.

20.Борисова О.О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации [Текст]: учеб.-метод. пособие / О. О. Борисова. - М.: Советский спорт, 2007. - 132 с. ISBN978-5-9718-0220-4

21.Бражник А.Л. Эффективные методики развития силы. Атлетическая подготовка, армрестлинг, пауэрлифтинг – Харьков: ФЛП Дудукчан И.М., 2010. – 264с. ISBN 978-966-8472-58-9.

22.Шейко Б.И. Пауэрлифтинг. Учебное пособие, М.: 2005. – 544с. ISBN 5-93216-114-0.

23.Шейко Б. И., Горулев П. С., Румянцева Э. Р., Цедов Р. А. Пауэрлифтинг. От новичка до мастера / Б. И. Шейко, П. С. Горулев, Э. Р. Румянцева, Р. А. Цедов; под общ. ред. Б. И. Шейко. - Москва, 2013. - 560 с. ISBN 978-5-906299-05-5.

24.Шестопалов С.В. Бодибилдинг: школа чемпионов. – Ростов н/Д: Издательский дом «Владис», 2003. – 192с. ISBN 5-94194-065-3.

25.Эванс, Н. Анатомия бодибилдинга / Н. Эванс; пер. с англ. С.Э. Борич. – Минск: «Попурри», 2008. – 192с. ISBN 978-985-15-0110-2.

26.Эдворт Т. Хоули, Б. Дон Фрэнкс. Руководство инструктора оздоровительного фитнеса. Олимпийская литература, Киев – 2004. – 375с. ISBN 966-7133-65-6.

27.Юрген Хартманн/Харольд Тюннеманн. Современная силовая тренировка. Шпортферлаг Берлин. – 1988. – 335с. ISBN 3-328-00366-5.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		FITNESS ȘI PROGRAME DE RECREARE					
Denumirea cursului		PROGRAME WELLNESS					
Titularul cursului		Aftimiciuc Olga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.06.A.47	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P- prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Programe Wellness</i> prezintă o elaborare teoretico-metodică cu caracter științific în domeniul culturii fizice recreative, unde wellness include noțiunea de fitness, deoarece reprezintă conceptul unui plan mai amplu.</p> <p>La etapa actuală, Wellness poate fi determinat ca un sistem integrat al tehnicilor de reabilitare constând în dietologie, programe de reabilitare, recuperare psihologică, formare funcțională, proceduri spa, etc. Această combinație de activitate fizică moderată, proceduri de relaxare și o alimentație sănătoasă oferă un efect de vindecare. Aceasta este urmată de restabilirea echilibrului mental.</p> <p><i>Programe Wellness</i> ca disciplină este necesară în pregătirea specialistului de categorie înaltă în domeniul culturii fizice recreative, care trebuie să cunoască diversitatea direcțiilor ale ei, aplicate pentru un contingent diferit de practicanți, formele de organizare ale tehnicilor de fortificare și de reabilitare și metodele desfășurării fitness-antrenamentelor, precum și problemele medico-biologice, atât propriu omului, cât și exercițiilor fizice executate.</p> <p>Programa cursului actual o constituie șapte teme, desfășurate în semestrul 6 cu studenții anului 3 de studii și din forma de învățământ – de zi și de frecvență redusă. În totalitate, cursul cuprinde compartimente de bază ale științei teoriei și metodicii culturii fizice recreative de fortificare cu orientarea spre activitatea profesională a wellness expertului.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ. Predarea cursului <i>Programe Wellness</i> vizează realizarea următoarelor obiective generale:</p> <p>1. Formarea competențelor cu privire la legitățile principale ale activităților de wellness, ce se referă la activitatea profesională a specialistului în domeniul culturii</p>						

	<p>fizice recreative de fortificare.</p> <p>2. Perfecționarea ideilor despre principiile de bază ale wellness-ului, care asigură procesul de fortificare sub aspectul cunoștințelor teoretice, tehnologiei profesionale și tehnicii de elaborare.</p> <p>3. Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea wellness activităților.</p> <p>Pregătirea profesional-pedagogică a masteranzilor în cadrul studiului post universitar se presupune atât în timpul orelor de curs, cât și prin lucrul individual. Conform cerințelor contemporane ale învățământului curricular, <i>obiective de referință</i> sunt elaborate în temeiul obiectivelor cadru și sunt următoare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - aprofundarea cunoștințelor referitoare la teoria și metodică fitness-ului; - lărgirea cunoștințelor medico-biologice ținând cont de particularitățile de vârstă a practicanților, posibilitățile anatomo-fiziologice ale organismului lor pentru executarea diferitor tipuri de exerciții cu contul volumului și intensității încărcării; - prelungirea procesului de formare a priceperilor și deprinderilor de elaborare a fitness-programelor în conformitate cu vârsta, sexul și pregătirea fizică practicanților; - perfecționarea priceperilor pedagogice de a organiza și a desfășura fitness-antrenamente cu un contingent diferit: copii, adolescenți, femei, oamenii în vârstă; - consolidarea deprinderilor profesional-pedagogice ce țin de sistemul lucrului independent; - dezvoltarea capacităților intelectuale, gândirii logice, independenței și creativității; - utilizarea diverselor tehnici de instruire în lucrul pedagogic ș.a. <p>Programa cursului actual o constituie șapte teme, ce cuprind compartimente de bază ale științei teoriei și metodicii fitness-ului cu orientarea la activitatea profesională a fitness-antrenorului.</p> <p>Procesul instructiv-educativ al cursului se realizează în cadrul lecțiilor teoretice, seminarelor, unde este prevăzută activitatea metodică-instructivă cu direcția spre studierea literaturii recomandate a problemelor temelor prezentate, precum și lucrul individual, a temelor ce n-au intrat în materia didactică a lecțiilor teoretice și seminarelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe generice. Studentul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dobândirea cunoștințelor despre esența diferitor probe de fitness pentru organismul uman. • Clasificarea și caracterizarea diferitelor SPA proceduri. • Organizația activităților de fitness pe baza cunoștințelor dobândite. • Formarea trăsăturilor de personalitate semnificative din punct de vedere profesional. <p>Competențe specifice:</p> <p>a) cognitive. Studentul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - utilizarea sistemului de categorii și metode necesare pentru rezolvarea sarcinilor tipice în diferite domenii ale activității profesionale; - stăpânirea de noi metode de cercetare, schimbarea profilului științific și a profilului științific și practic al activităților profesionale; <p>b) metodice. Studentul trebuie să realizeze următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea de a desfășura independent cercetarea psihofizică în conformitate cu standardele etice și etice, procesarea și analiza datelor obținute, inclusiv utilizarea tehnologiilor informaționale, interpretează rezultatele cercetării; - pregătirea pentru formularea de sarcini profesionale inovatoare în domeniul cercetării și activităților practice; <p>c) afective. Studentul trebuie să dispună de următoarele acțiuni:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea inițiativei și interesului în studierea literaturii de specialitate; - formarea procesului autoeducării; - posedarea culturii profesionale; - înțelegerea valorilor morale ale procesului desfășurării wellness-activităților; - exprimarea potențialului creativ.
<p>Finalități și</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p>

<p>performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de elaborare-desfășurare-evaluare a wellness programelor în scop de formarea a cunoștințelor profesionale, aptitudinilor mentale. - să demonstreze cunoștințele în domeniul medico-biologic în aspectul cunoașterii a schimbărilor, abaterii în sănătate și a bolilor posibile pentru elaborarea wellness programului individual. - să intensifice cunoștințele de teorie și metodologie a fitness programelor în scop de propunere individuală pentru a realiza programului anumit de fortificare. - să cunoască conținutul SPA procedurilor pentru clarificarea activităților de wellness. - să cunoască metodele alternative de fortificare. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aplice cunoștințele wellness programelor conform scopului obiectivelor specifice. - să asigure siguranța procesului de fortificare cu programele de fitness conform scopului stabilit. - să implice unui contingent mai mare de persoane în sistemul de wellness. - să extindă activitățile de wellness în cadrul unui program de fortificare. - să prognozeze rezultatele aplicării wellness programelor. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze cunoștințele de schimbări, abateri în sănătate și boalei posibile, de conținut SPA procedurilor, de metode alternative de fortificare conform necesităților la nivelul anumit de sănătate. - să proiecteze și modeleze unui sistem de wellness activități pentru realizarea scopurilor de fortificare anumite. - să folosească aptitudinile comunicative în relațiile reciproce cu oameni de diferite probleme de sănătate, vârstă, sex, stare socială. - să rezolve situațiile de problemă în condiții variate de organizare și de desfășurare a wellness activităților. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>Nr. d/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminare</p>	<p>LI</p>
<p>1.</p>		<p>Wellness – o strategie a modului sănătos de viață</p>	<p>6</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>
<p>2.</p>		<p>Programul Detox</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>6</p>
<p>3.</p>		<p>Fitness Programe</p>	<p>24</p>	<p>4</p>	<p>8</p>	<p>12</p>
<p>4.</p>		<p>SPA Programe</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>6</p>
<p>5.</p>		<p><i>Kids Wellness Program</i></p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>6</p>
<p>6.</p>		<p>Wellbeing-program</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>6</p>
<p>7.</p>		<p>Wellness pentru oamenii în vârstă</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>6</p>
		<p style="text-align: center;">Total</p>	<p>90</p>	<p>15</p>	<p>30</p>	<p>45</p>
<p>Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Conținutul disciplinei <i>Programe Wellness</i> o constituie șapte teme, desfășurate în semestrul 6 cu studenții anului 3 de studii și din forma de învățământ – de zi și de frecvență redusă. În totalitate, cursul cuprinde compartimente de bază ale științei teoriei și metodicii culturii fizice recreative de fortificare cu orientarea spre activitatea profesională a wellness expertului.</p> <p>Procesul instructiv-educativ al cursului se realizează în cadrul lecțiilor teoretice și seminare unde este prevăzută activitatea metodică-instructivă cu direcția spre studierea literaturii recomandate a problemelor prezentate, precum și lucrul individual, al temelor ce n-au intrat în materia didactică a lecțiilor teoretice și celor de seminar.</p> <p>Scopul principal al <i>lecțiilor teoretice</i> constă în formarea la specialiștii din domeniu a cunoștințelor pedagogice temeinice despre activitatea profesională în domeniul wellness; explicarea și proiectarea wellness programelor pentru diferit contingent de oameni în dependența de starea fizică și fiziologică, necesitățile în</p>					

	<p>modul sănătos de viață și în restabilirea psihică și fizică.</p> <p>Scopul principal al <i>seminarelor</i> constă în consolidarea cunoștințelor teoretice temeinice despre metodologia cercetării pedagogice în cadrul activității profesionale a wellness expertului; a cunoștințelor teoretico-metodice formate, ce presupun perfecționarea priceperilor de a utiliza în practică tehnologia de proiectare, organizare și desfășurare a diferitor wellness programe.</p> <p>Studiul acestui curs presupune un sistem de <i>lucru individual</i>, în care studentul studiază materia în dependență de gradul de pregătire. Obiectivele educaționale sunt structurate conform organizării procesului de învățământ universitar. Conținutul materiei pentru lucrul individual îl constituie analiza și sinteza informației adăugătoare în scopul acumulării cunoștințelor teoretice, priceperilor și deprinderilor tehnologice pentru realizarea succesivă în practică a activității profesionale.</p> <p>Realizarea procesului de instruire al cursului dat presupune folosirea următoarelor <i>metode de învățare</i>: prelegerea, explicarea, demonstrarea, modelarea, problematizarea, proiectarea, algoritmul, practica instructivă, autoevaluarea, autoperfecționarea.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Adams, T., Bezner, J., Steinhardt M. <i>The conceptualization and measurement of perceived wellness: integrating balance across and within dimensions</i>. In: American Journal Health promotion, 1997, № 11, p. 208-218.</p> <p>2. Adams, T. [et al.] <i>Conceptualization and measurement of the spiritual and psychological dimensions of wellness in a college population</i>. In: Journal American College Health, 2000, Vol. 48, p. 165-173.</p> <p>3. Aftimiciuc, O., Jurat, V. <i>Aerobica. Teorie și metodică</i>: [Manual] /Univ. Ed. Fiz. și Sport. K.: "Valinex" SRL, 2016. 298 p.</p> <p>4. Aftimiciuc, O., Aftimiciuc, V. <i>Teoria și metodologia fitness-ului</i> (Teoria și metodologia culturii fizice recreative de fortificare): [Manual] /Referenți: S. Danail, V. Jurat; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: Valinex SRL, 2017. 246p.</p> <p>5. Aftimiciuc, O., Prodan, D., Dorgan, V. <i>Fitness-ul de forță</i>: Manual; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: Valinex, 2019. 464 p.</p>	

6. Aftimichuk, O. *Teaching program of breathing coordination in the system of strength training*. In: MedCrave Online Journal (MOJ) Sports Medicine, 2018, 2(2): 00044; DOI: 10.15406/mojism.2018.02.00044
7. Baker, S.M. [et al.] *Patient participation in physical therapy goal setting*. In: Physical Therapy, 2001, Vol. 81, p. 118-1126.
8. Bezner, J.R. *Prevention and the promotion of health, wellness, and fitness*. In: Hall C.M., Brody L.Th. Therapeutic exercise. Moving toward function. 2nd ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins, 2005, Ch. 4, p. 47-55.
9. Bezner, J.R., Hunter D.L. *Wellness perceptions in persons with traumatic brain injury and its relation to functional independence*. In: Archives of Physical Medicine and Rehabilitation, 2001, Vol. 82, p. 787-792.
10. Cowen, E.L. *The enhancement of physiological wellness: challenges and opportunities*. In: Amer. J. Community Psychology, 1994, Vol. 22, № 5, p. 282-293.
11. Crose, B. [et al.] *Gender and wellness: a multidimensional systems model for counseling*. In: J. Counsel. Develop, 1992, Vol. 71, p. 149-156.
12. Depken, D. *Wellness through of lens of gender: a paradigm shift*. In: Wellness Perspective, 1994, № 10, p. 54-60.
13. Drăgulin, I. *Mișcare pentru sănătate psihofizică*. Pitești: Printech, 2004. 104p.
14. Dunn, H.L. *High Level Wellness*. Washington DC: Mt. Vernon, 1961.
15. Glanz, K., Rimer B.K., Viswanath, K. *Health behavior and health education: theory, research, and practice*. 4th ed. San Francisco: Jossey-Bass, 2008. 552 p.
16. Greenberg, J.S. *Health and wellness: a conceptual differentiation*. In: Journal of School Health, 1985, Vol. 55, p. 403-496.
17. *Guide to physical therapist practice*. 2nd ed. In: Physical Therapy, 2001, Vol. 81, p. 471-593.
18. Амлаев, К.Р. и др. *Комплексная оценка воздействия на здоровье различных факторов (обзор)*. В: Профилактика заболеваний и укрепление здоровья, 2008, № 6, с. 34-44.
19. Афтимичук, О.Е. *Теория и методика фитнеса (Теория и методика рекреативно-оздоровительной физической культуры): Курс лекций для спец. „Рекреативная физическая культура“; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. Ч.: „Valinex” SA, 2009. 260 p.*
20. Афтимичук, О.Е. *Оздоровительная аэробика. Теория и методика: [учебное пособие]; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. К.: „Valinex” SRL, 2011. 310 p.*
21. Афтимичук, О.Е. *Теория и методика силового фитнеса: Учебник; Гос. ун-т физ. воспитания и спорта. Кишинэу: Valinex, 2018. 480 p.*
22. Маляренко, Т.Н., Маляренко, Г.Ю. *Wellness: лингвистический смысл термина и сущность его содержания*. В: материалы III Всероссийск. научно-практич. конф. «Функциональное состояние и здоровье человека». Ростов н/Д: Изд. ЮФУ, 2010, с. 79-82.
23. Маляренко, Ю.Е. и др. *Медико-биологическая сущность здоровья: продолжение дискуссии*. В: Валеология. 2005, № 1, с. 5-16.
24. Сытин, Г.Н. *Мысли, творящие здоровую нервную систему*. Санкт-Петербург: «Весь», 2008. 262 с.
25. Бурбо, Л. *Кардиоаэробика*. Ростов н/Д: „Феникс”, 2005. 160 с.
26. Годик, М.А., Барамидзе, А.М., Киселева, Т.Г. *Стретчинг. Подвижность, гибкость, элегантность*. Москва: Советский спорт, 1991. 96 с.
27. Казанцева, А.Ю. *Беременность и фитнес: до и после родов*. Санкт-Петербург: Нева, 2003. 187 с.
28. Кашинская, Е.Е., Щука, Г.П. *SPA и Wellness индустрия в гостиничном бизнесе*. В: Актуальные проблемы и перспективы развития индустрии гостеприимства [Электронный ресурс]: сборник научных трудов по материалам X международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы развития индустрии гостеприимства на современном этапе». Санкт-Петербург:

Изд-во СПбГЭУ, 2014, с. 96-99.

29.Крючек, Е.С. *Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий: учебно-методическое пособие*. Москва: TerraСпорт, Олимпия Пресс, 2001. 64 с.

30.Купер, К. *Аэробика для хорошего самочувствия / Пер с англ. 2-е изд. доп., перераб.* Москва: Физкультура и спорт, 1989. 224 с.

31.Милард, А.-М. *Боевой фитнес для стройной фигуры. Тай-цзы, ки-бо, карате, айкидо / Серия „Фитнесс-класс”*. Ростов н/Д: „Феникс”, 2004. 224 с.

32.Профит, Э., Лопез, П. *Аквааэробика. 120 упражнений*. Ростов н/Д: Феникс, 2007. 128 с.

33.Рахматов, А.И. *Степ-аэробика*. Москва: МГПУ, 1996. 12 с.

34.Сверчкова, О. *Терраробика – новинка на стыке тысячелетий*. В: *Аэробика*, 2000, №3.

35.Тихомирова, И.В. *Фитнесс для ленивых: футбол дома*. Санкт-Петербург: ИК „Невский проспект”, 2004. 160 с.

36.Хоули, Э.Т., Френкс, Б.Д. *Руководство инструктора оздоровительного фитнеса / Пер. с англ. А. Яценко и В. Левицкого*. Киев: Олимпийская литература, 2004. 375 с.

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA PEDAGOGIE**



PROGRAMUL DE STUDII

1013.1 SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT

Ciclul I (Licență), 180 credite

CATALOGUL CURSURILOR

în conformitate cu planul de învățământ aprobat de MECC din 28 iulie 2021,

număr de înregistrare ISL- 01-19339



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Resurse turistice recreative și de agrement					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile/Borzin Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.01.O.01	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natacie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Resurse turistice recreative și de agrement” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor specialității Serviciu Hotelier, Turism și Agrement, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Fișa disciplinară „Resurse turistice recreative și de agrement” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a utiliza resursele turistice de agrement ale Republicii Moldova în procesul de „asamblare” a produsului turistic, a resurselor turistice, a recreerii și excursiilor; identifică atribuțiile organelor competente, care se ocupă cu gestionarea resurselor turistice la nivel național și regional, a gestiona resursele turistice de agrement din țară. Din acest motiv, considerăm că fișa cursului vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Serviciu Hotelier, Turism și Agrement.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoretice în gestionarea resurselor turistice recreative și de agrement din Republica Moldova;• Gestionarea informațiilor cu privire la instituțiile competente, care gestionează cu resursele turistice recreative și de agrement din Republica Moldova;• Analiza resurselor turistice de agrement în contextul selectării acestora pentru anumite produse turistice, petrecerea timpului liber, recreere, agrement;• Proiectarea unor trasee pe teritoriul Republicii Moldova, care să cuprindă diverse resurse turistice recreative și de agrement.						

<p>cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Promovarea, susținerea și valorificarea resurselor turistice recreative și de agrement. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice privind utilizarea resurselor turistice recreative și de agrement cu turismul sportiv. • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul adaptabilității în ceea ce privește gestionarea resurselor turistice recreative și de agrement. • Aportul resurselor turistice recreative și de agrement la dezvoltarea turismului din Republica Moldova. 					
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <p>⇒ organizarea unor activități pe teren cu studenții cu scopul de a identifica diferite destinații pentru relaxare prin activități de agrement și de a stabili legăturile care se realizează între lumea sportului și cea a turismului;</p> <p>⇒ să cunoască principalele activități turistice asanative și de agrement de pe teritoriul Republicii Moldova;</p> <p>⇒ să caracterizeze tipurile de resurse turistice de agrement depistate pe teritoriul Moldovei;</p> <p>⇒ să identifice specificul utilizării acestor resurse turistice în programa unui itinerar turistic.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze un itinerar turistic, care să cuprindă vizitarea unor resurse turistice de agrement de pe teritoriul Republicii Moldova; ➤ efectuarea unor cercetări în Republica Moldova, cit și în alte țări asupra unor activități turistice cu caracter agremental pentru a observa comportamentul turiștilor, tehnicile folosite, implicațiile fizice și emoționale; ➤ să dezvolte capacitățile de prezentare a resurselor turistice de recreere în timpul excursiilor; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul activităților turistice de agrement și a excursiilor de recreere efectuate în diverse zone ale Republicii Moldova; ➤ organizarea unor aplicații de teren cu studenții cu scopul de a identifica diferite destinații pentru relaxare prin activități sportive și de a stabili legăturile care se realizează între lumea agrementului și cea a turismului. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ participarea la anumite evenimente sportive (meciuri, crosuri, concursuri, competiții) cu scop de agrement; ▪ efectuarea unor stagii de practică împreună cu studenții pentru desfășurarea unor activități agrementale cu caracter sportiv (marș turistic, escaladă, drumeție, rafting, canoeing, schi) ; ▪ utilizarea informației obținute în rezultatul practicii de teren în preajma diverselor resurse turistice de agrement; ▪ identificarea particularităților resurselor turistice recreative și de agrement ale Republicii Moldova în comparație cu statele vecine. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Activitățile turistice recreative și de agrement un domeniu la hotarul dintre turism și sport</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>2</p>	<p>Evoluția conceptului și a practicilor de turism și agrement</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>3</p>	<p>Noțiuni de bază a dezvoltării turismului recreativ și de agrement în</p>	<p>6</p>	<p>2</p>		<p>4</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		Republica Moldova				
	4	Resursele turismului recreativ și de agrement	4	2		2
	5	Turismul recreativ și tipurile de agrement activ	4	2		2
	6	Activități turistice recreative și agrementale terestre	4	2		2
	7	Agrementul în chei și canioane	4	2		2
	8	Activități turistice recreative și agrementale de iarnă	4	2		2
	9	Activități turistice recreative și agrementale pe apă	4	2		2
	10	Agrementul pe suprafețe acvatice înghețate	4	2		2
	11	Activități turistice recreative și agrementale aeriene	4	2		2
	12	Conceptul de educație în natură-outdoor education	4	2		2
	13	Etica în turism și agrement, impactul acestora asupra mediului	4	2		2
	14	Importanța și componența agrementului turistic ca produs turistic	6	2		4
	15	Rolul agrementului și resurselor recreative în realizarea unui sejur turistic agreabil	4	2		2
	16	Istoricul și conceptele resurselor turistice recreative și de agrement	4		2	2
	17	Segmentele turismului recreativ și de agrement	4		2	2
	18	Evoluția turismului recreativ și de agrement	4		2	2
	19	Forme de turism recreativ și de agrement practicate de turiști	6		4	2
	20	Tipurile de turism recreativ și de agrement	8		4	4
	21	Dezvoltarea turismului de agrement și recreativ în Republica Moldova	4		2	2
	22	Particularitățile resurselor turistice recreative și de agrement	8		4	4
	23	Resurse recreative și de agrement active	8		2	2
	24	Resurse turistice și de agrement pasive	2		2	2
	25	Resursele turistice naturale și antropice	4		2	2
	26	Activități de turism și agrement activ	6		2	2
	27	Condițiile de practicare a turismului și a agrementului activ	4		2	2
	28	Caracteristicile potențialului turistic pentru crearea de destinații turistice recreative și de agrement	8		4	4
	29	Caracteristici specifice de agrement în diverse zone turistice.	4		2	2
	30	Promovarea produselor turistice recreative și de agrement	6		4	2
	31	Activitățile turistice recreative și de agrement terestre	6		4	2
	32	Drumeția, alpinismul, escalada de agrement	6		2	4

	33	Agrementul subteran sau speoturismul	4		2	2
	34	Agrementul cu sania, scuter de zăpada, snowboarding, schiul alpin, drumeția alpină	6		2	4
	35	Agrementul cu ambarcațiuni surfing, canoeing, kaiaking, schi nautic, diving	4		2	2
	36	Agrementul acvatic patinaj, river rafting, riverboarding, pescuit sportiv	4		2	2
	37	Agrementul aerean salt cu parașuta, zbor cu meul, planorul, deltaplanul, parachiting	4		2	2
	38	Etica în turism și asigurarea securității în timpul desfășurării activităților turistice recreative și de agrement	8		4	4
	Total		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Agroturismul în Moldova. 10 pași spre o afacere de succes. Chișinău. 2015 2. Addison, G., (2001), Whitewater Rafting, Stackpole. 3. Assis, Helena Rey de, Inamdar, N., (coordinators), (2007), Tourism and Mountains-A Practical Guide to Managing the Environmental and Social Impacts of Mountain Tours, United Nations Environmental Programme 4. Băca, I., Șteff, I., (2010), Colibița-dimensiuni turistice, Ed. Nova Didactica, Bistrița 5. Băca, I., (2012), Arealul turistic Piatra Fântânele-Măgura Calului, Ed. Argonaut, Cluj-Napoca 6. Băca, I., (2013), Geomorfologie turistică, Ed. Argonaut, Cluj-Napoca 7. Băca I. Ghidaj turistic. Note de curs. Bistrița. 2014 8. Balint, Gh., (2007), Activități sportive recreative și de timp liber: paintball, mountain bike și escaladă, Ed. PIM, Iași 9. Brooks, C.M., (1994), Sports Marketing. Competitive Business Strategies for Sport, Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice-Hall 10. Brașoveanu A., Rybaliou R., Moldova: oameni, locuri, bucătărie, vin. Chișinău. Rd. cartier, 2020, 367 p. 11. Cassady, J., Dunlap, D., (1999), World Whitewater, Ragged Mountain Press 12. Cârstea, Gh., (2000), Teoria și metodică educației fizice și sportului, Ed. AN-DA, București 13. Chiriac, G. D., (2007), Manualul parașutistului, Aeroclubul României, București 14. Dragnea, A., Teodorescu, S., Bota, A., Stănescu, M., Șerbănoiu, S., Tudor, V., (2006), Educație fizică și sport – Teorie și didactică, Ed. FEST, București 15. Grigoraș, P., (2002), Schi alpin, snowboarding, carving-noțiuni teoretice, tehnice și metodice, Ed. Accent, Cluj-Napoca 16. Guttman, A., (2004), Targeting Modernity: Archery and the Modernization of Japan, Sport History Review 35(1): 20-21 17. Gyorgy, V., (2006), Zborul cu parapanta, PDF, Brașov 18. Iordănescu, T., (2003), Viața privată în Imperiul Roman, Ed. Vestala, București 19. Mihăilescu, N., (2006), Management, marketing, legislație în activitatea sportivă, Editura Universității din Pitești, Pitești 20. Moldovan E., Mogoș A., (2006), Evaluarea impactului activităților outdoor asupra învățământului primar și gimnazial, www.sportscience.ro 21. Mureșianu, M., Schuster, Ed., (2012), Ecogeografia turismului sportiv și agremental, Ed. Napoca Star, Cluj-Napoca 22. Nicoară, L., Pușcaș, Angelica, (2007), Regionare turistică mondială, Ed. a II-a, Ed. Sylvania, Zalău 23. Miron V., Tomița P. Managementul resurselor turistice din Republica Moldova. Chișinău: UASM, 2017, 167 p 24. Turismul verde în Moldova, Chișinău, 2017 25. Ștefănescu, H., (2010), Optimizarea pregătirii în schiul alpin actual, Ed. Napoca Star Cluj Napoca.
---------------------------------------	---



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Limba franceză I					
Titularul cursului		Coronovschi Zinaida					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G.01.O.02	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	-	90	-	90	
Nota de prezentare	<p>Programa prevede, asigurarea continuității procesului de predare/învățare a limbii străine, promovarea orientării profesionale, realizarea unui nivel înalt de cultură generală și de civilizație, de maturizare spirituală și intelectuală, de comunicare interpersonală, îndeosebi ca mijloc prioritar de a accede la surse internaționale de informare și documentare.</p> <p>Limba străină oferă studenților o mare diversitate de conținuturi, le formează un nivel mai înalt de cunoștințe, deprinderi și aptitudini.</p> <p>Obiectivul major este realizarea unui învățământ de calitate.</p> <p>procesul de predare/învățare se vor dezvolta la o treaptă superioară competențele lingvistice. Prin raportarea strategiilor și activităților individuale de învățare tipice limbilor străine la cele ale limbii materne, se va crea o concepție unitară despre funcționarea limbii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Scopul principal al predării limbilor străine în U.S.E.F.S. este posesia practică a limbii străine ca mijloc de informare și documentare a studenților cu literatura de specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a.• Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitate, precum și formularea opiniei proprii cu privire la cele expuse.• Întreținerea unei convorbiri, discuții pe teme prevăzute de programă.• Asimilarea cunoștințelor de civilizație despre țara, limba căreia se studiază să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante						

	<p>valori comune sau diferite din cele două culturi (română și franceză).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dezvoltarea creativității. • Dezvoltarea capacității de exprimare (oral și scris). <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea modalităților eficiente de stimulare a potențialului creativ al studenților. • Dezvoltarea relațiilor de comunicare eficientă și constructivă în plan cognitiv, afectiv – motivațional, atitudinal și practic-aplicativ. 				
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recunoașterea structurilor lingvistice; • Identificarea noțiunilor, fenomenelor, datelor; • Reproducerea definițiilor, textelor; • Definierea noțiunilor, legilor; • Observarea și evidențierea faptelor, proceselor, fenomenelor; • Enumerarea, deosebirea, descrierea faptelor, proceselor; • Descrierea specificului tradițiilor, obiceiurilor ș.a. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea legăturilor intertextuale în baza temelor de specialitate studiate; • Analiza și sinteza; comparația; categorizarea și clasificarea; • Stabilirea interrelațiilor dintre fapte, fenomene, procese; • Abstractizarea, concretizarea, generalizarea; • Interpretarea, explicarea, ilustrarea, demonstrarea; • Inducția, deducția; • Organizarea, proiectarea, monitorizarea. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea în situații reale; • Realizarea independentă a lucrărilor creative; • Rezolvarea situațiilor de problemă; • Cercetarea personală; • Elaborarea de noi idei; • Caracterizarea și aprecierea valorică; • Receptarea, conștientizarea mesajului; • Comunicarea și activitatea eficientă în echipă, grup. 				
Tematica și	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	L/P	LI
	1	Tests d'évaluation initiales des connaissances	2	2	
	2	Nous sommes étudiants	6	2	4
	3	Une leçon de français	4	2	2
	4	Ma famille	8	4	4
	5	Les langues étrangères	8	4	4
	6	Faisons du sport	6	4	2
	7	L'importance de l'éducation physique	6	4	2
	8	L'Université d'Etat de l'Education Physique et du Sport	6	4	2
	9	La journée d'un étudiant	6	4	2
	10	Mes loisirs	6	4	2
	11	Un régime de vie pour les sportifs	4		2
	12	Les voyages	8	4	4
	13	Agences de voyages	6	4	2
	14	Évaluation des connaissances	2	2	

repartizarea orelor la curs/modul	15	La France, incomparable rendez-vous	4	2	2
	16	Le tourisme	6	4	2
	17	Motivations touristiques	6	4	2
	18	Aménagement touristique	6	4	2
	19	La France dans le monde	4	2	2
	20	Paris – ville monumentale	4	2	2
	21	Le tourisme urbain et le tourisme d'affaires	6	4	2
	22	Le tourisme culturel et les composantes d'un patrimoine	8	4	4
	23	La Moldavie	4	2	2
	24	Chişinău	4	2	2
	25	A la réception dans un hôtel I p	6	2	4
	26	A la réception dans un hôtel II p	6	4	2
	27	Communication du message de bienvenue I p	6	4	2
	28	Communication du message de bienvenue II p	6	2	4
	29	Évaluation finale	2	2	
30	Récapitulation	2	2		
	Total		180	90	70+20 lectură particulară
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p><i>Utilizarea strategiilor didactice cooperante.</i></p> <p>Strategii didactice interactive (SDI) - suport cognitiv și socio-afectiv necesar formării profilului intelectual și psihologic al studenților și integrării lor în societate.</p> <p>Specificul strategiilor interactiv – creative constă în promovarea interacțiunii dintre capacitatea de gândire și personalitatea studenților.</p> <p>Dezvoltarea spiritului investigativ, a gândirii divergente și a atitudinii creative a studenților.</p> <p>Favorizarea accesului la cunoaștere prin forțele proprii.</p> <p>Valorificarea potențialului creativ al studenților.</p>				
Strategii de evaluare	<p><i>Evaluarea –inovativă</i> cea mai sigură metodă ce include: seminare, eseuri, proiecte, simulări, soluționare de probleme, prezentări și altele.</p> <p>La evaluare studenții demonstrează că “știu cum să”, în loc “să știe despre”.</p> <p><i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I. Studenții sunt admiși la examen în baza reușitei curente. Examenul final permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii străine studiate. Lucrările de control se dau după asimilarea anumitor compartimente din materia predată pe parcursul semestrului și la finele acestuia. Sunt admiși la lucrările de control de sfârșit de semestru și de sfârșit de an doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		40%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le français du sport. (aut.G.Florea,București,2002) 2. Coronovschi Z., Culegere de texte la limba franceză pentru studenții anului I, Specialitatea Fitness/turism (suport didactic), Chişinău, 2015, 68 p. 3. Grammaire française. Chişinău, 2001. 4. La gym`. 2009. Lectures faciles. 5. Lexique anglais / français des sports olympiques. Paris, 2001. 6. Revue Olympique. 7. Dicționar de tremeni sportivi francez – român. 8. Dicționar francez – român. 9. Le français. Sujet de civilisation; Chişinău, 2012. 				

	10. Le français – c'est facile... Le français – c'est utile...; Chişinău, 2002. 11. Terminologie de l'éducation physique et du sport. B, 2004.
--	---



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Limba engleză I					
Titularul cursului		Nastas Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O.02	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	-	-	90	90	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea Servicii hoteliere, turism și agrement.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentând rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată.• Însușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală.• Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă.• Însușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none">• Însușirea terminologiei de specialitate în limba engleză;• Participarea activă la interacțiunile verbale.						

cursului/modulului					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Însușirea regulilor gramaticale pentru a formula corect un enunț (oral sau scris); • Efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; • Identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Redactarea și corectarea , în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale ; • Audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; • Cunoașterea regulilor de reducere a unui text; • Pregătirea și prezentarea unor comunicari pe anumite teme; • Schițarea și scrierea planului unui text cunoscut; • Explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizând logic lexicul de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut; • Extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață. 				
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Seminar	LI
	1	Introductive Lesson	2	2	-
	2	Initial Test	2	2	-
	3	About Myself	3	2	1
	4	My Family	3	2	1
	5	My Flat	3	2	1
	6	My Hobby	3	2	1
	7	Human Body	6	4	2
	8	We Are Students	3	2	1
	9	At the English Language Lesson	3	2	1
	10	The students of physical education and sports universities	3	2	1
	11	Our University	4	2	2
	12	A Student`s Working Day	3	2	1
	13	A Student`s Day Off	3	2	1
	14	The Foggy Albion-the United Kingdom	6	4	2
	15	The Country of Dreams and Opportunities - the United States of America	6	4	2
	16	My Motherland – Moldova. Places of interest	6	4	2
	17	Chisinau, the capital of Moldova	4	2	2
	18	Educational System in the United Kingdom	6	4	2
	19	Educational System in the United States of America	6	4	2
	20	Educational System in Moldova	6	4	2
	21	The Greatest Festival of Sport – the Olympic Games	4	2	2
	22	The Olympic Movement and Pierre de Coubertain	6	4	2

	23	My Speciality	4	2	2
	24	Tourism in ancient times	6	4	2
	25	Tourism: modern times	6	4	2
	26	Tourism- General View	6	4	2
	27	Tourism – facts and challenges	6	4	2
	28	Tourism: principles and practices	6	4	2
	29	Wonders of the Modern World	6	4	2
	30.	Revision	2	2	-
	31	Final test	2	2	-
	Total		180	90	45 ore +45 ore lectura individuală
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. În funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului I. Conținutul examenului prevede:</p> <p>Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului.</p> <p>Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu.</p> <p>Conversația pe o temă studiată.</p> <p>Traducerea lexicului de specialitate.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		40%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Chele P. How to Eat, Move and be Healthy (a guide). Denisova,G., Drozd, A., Romanovich, R. 2011. Tourism Terminology in Social, Linguistic and Translation Contexts. Henrichs-Kleinen E. Gramatica limbii engleze, București: Editura Niculescu, 2003. Keep the spirit Alive. International Olympic Academy, 2003 Leonard I. L. An introduction to tourism. Oxford Press. Melenciuc D., Onofreiciuc E. English for High School. Chișinău, 2000. Nedelcu C., Murar I., Bantaș A., Dicționar roman-englez, București; Teora, 2001. 				

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">8. Oxford Advanced Learners Dictionary, 2005.9. Stundevern J. Sport tourism. Oxford Press.10. The USA: Geography, History, Education (a reader). Moscova: List, 1999.11. Галицынский Ю. Грамматика английского языка (сборник упражнений). Санкт-Петербург: КАРО, 2006.12. Degtiarova P.F. English, 198913. Парахина А.В., Тылкина А.В. Учебник английского языка. Москва, Высшая школа, 1982.. |
|--|--|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Bazele teoriei economice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei/ Volcu Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 A. 04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculumul disciplinar la "Bazele teoriei economice" este un document normativ pentru pregătirea specialiștilor în domeniul de formare profesională <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>. Economia formulează legi și principii care sunt folosite nu numai pentru a explica, ci și pentru a prognoza producerea unor fapte și fenomene, precum și pentru a influența desfășurarea lor. Înțelegerea legilor, principiilor economice contribuie la formarea capacităților de anticipare, de identificare a soluțiilor pentru atenuarea consecințelor negative provocate de factori destabilizatori.</p> <p>O etapă importantă în pregătirea viitorilor specialiști este componenta economică, deoarece ea reprezintă baza oricărei activități umane. Adaptarea la noile condiții ale pieței presupune cunoașterea factorilor ce determină procesele și fenomenele economice precum și conceptele fundamentale ale economiei: nevoile umane, cererea, oferta, echilibrul pieței, echilibrul consumatorului, echilibrul producătorului, productivitatea factorilor de producție, costurile de producție și posibilitatea obținerii profitului, piețele concurențiale etc. În aceste circumstanțe disciplina " Bazele teoriei economice " este esențială în formarea viitorilor specialiști din domeniul Serviciu public, specialitatea <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i> .</p> <p>Astfel, curriculumul pentru disciplina respectivă include cele trei niveluri comportamentale pe care se bazează formarea profesională: <i>cunoaștere, aplicare și integrare</i>.</p> <p>Structura cursului este elaborată, ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de <i>la Bologna</i>.</p> <p>Pentru studenții de la secția de zi planul de studii prevede 45 ore audioriale din care 15 curs și 30 ore seminar și 45 ore individuale. Studiarea disciplinei „Bazele teoriei economice” prevede acumularea a 3 credite. Cursul dat este prevăzut pentru</p>						

	<p>sem. I. Pe parcursul semestrului studenții susțin 3 testări. De asemenea la fiecare lecție studenților li se propune un anumit lucru individual : analiza unui proces sau fenomen economic, delimitarea și definirea anumitor categorii economice, soluționarea testelor și a problemelor și elaborarea unui referat, tematica cărora a fost elaborată și aprobată la ședința catedrei Managementul Culturii Fizice. Semestrul se finalizează cu examen, materialele cărui cuprind toată informația studiată pe parcursul semestrului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne în activitatea profesională; • Analiza rolului economiei în dezvoltarea sportului de asanare și de performanță; • Familiarizarea cu elementele de bază ale economiei adecvate în diverse situații profesionale și de viață; • Utilizarea diverselor metode de cercetare științifice; • Cunoașterea cadrului legislativ de inițiere a organizațiilor sportive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine obiectivele de studiu al disciplinei; - să definească conceptele de bază despre activitatea economică; - să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; - să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; - să cunoască principalele modele macroeconomice; - să definească conceptele de bază ale activității economice la nivel microeconomic; - să identifice relațiile dintre principalele variabile macroeconomice și raporturile stabile între acestea; - să cunoască esența principalelor componente monoeconomice și relațiilor dintre sistemului economic național și internațional. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să evidențieze factorii specifici de identificare a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; - a clasifica premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială și diverse condiții spațiale geografice; - să identifice forțele motrice de dezvoltare economică la divers nivel de dezvoltare ale forțelor de producție și grad de dezvoltare social umană; - să definească principiile (legile) ce stau la baza activității economice eficiente; - să argumenteze prin analiză comparativă a diverselor modele de echilibru între eficiența economică și echitatea socială pentru a evidenția variantele prioritare de organizare economică în diverse condiții de disponibilități de resurse și pregătire profesională a lucrătorilor; - să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; - să demonstreze modele eficiente de orientare practică a oamenilor și alegerea priorităților economice coordonate funcțional cu opțiunile general umane; - să determine esența activității microeconomice; - să utilizeze modele macroeconomice în studierea proceselor și fenomenelor macroeconomice; - să analizez legăturile dintre procesele de constituire și dezvoltare a economiei mondiale și procesele de evoluție a complexelor economice naționale spre economia deschisă. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic;

	<p>- să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurare a afacerilor economice;</p> <p>- să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Știința economică și doctrinele economice.	11	1	4	6
	2	Activitatea economică și agenții economici.	12	2	4	6
	3	Factorii de producție	6	2	2	3
	4	Costul de producție	6		2	3
	5	Economia instituțională. Sistemele de organizare a activității economice.	6	2	2	3
	6	Statul în economie	6		2	3
	7	Piața și elementele ei.	6	2	2	3
	8	Prețul și concurența.	6		2	3
	9	Banii. Creditul și sistemul bancar.	6	2	2	3
	10	Recompensarea factorilor de producție și formele veniturilor	6		2	3
	11	Macroeconomia și principalii indicatori.	6	2	2	3
	12	Întreprinderea și antreprenoriatul	6		2	3
13	Economia mondială. Interdependențele economice internaționale.	7	2	2	3	
	Total		90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii:</i> Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Activitatea evaluativă va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei. Forma de evaluare finală o reprezintă examenul oral bazat pe bilete de evaluare.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%		
	Nota lucrul individual			20%		
Referințe	<p>1. AMBROSI, N., BUDEVICI-PIUIU, A., CARP, A., CUȘNERIOV, A. <i>Bazele</i></p>					

<p>bibliografice</p>	<p><i>economiei culturii fizice și sportului</i>. Curs universitar pentru alolingvi. USEFS Chișinău: S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0.</p> <p>2. Carp A., Budevici-Puiu A. <i>Economia culturii fizice</i>. Chișinău 2016. 190 p.</p> <p>3. Hămuraru M., Capsîzu V., Țăruș V., <i>Teorie economică</i>. Microeconomie, CEP USM, Chișinău, 2010;</p> <p>4. Cojuhari A., Umanet V. <i>Bazele Teoriei Economice</i>, ed. Universitas, Chișinău, 1993;</p> <p>5. Gherasim T. <i>Microeconomie (voi. I-II)</i>. Ed. Economica, București, 1993.</p> <p>6. Gogoneață C, Gogoneață A. <i>Economia politică. Teorie micro și macroeconomică, politici economice</i>, București, 1993.</p> <p>7. Moldovanu D. <i>Curs de Teorie Economică</i>, Chișinău 2006.</p> <p>8. Oprescu G. <i>Microeconomie, macroeconomie</i>. Ed. ALL, București, 1993.</p> <p>9. Stancu S., Andrei T. <i>Microeconomie</i>. București, 1997.</p> <p>10. V. Zbârnciog. <i>Macroeconomie</i>. Chișinău, 1998.</p> <p>11. V. Zbârnciog. <i>Microeconomie (teoria și aplicații)</i>. Chișinău, 1996.</p>
-----------------------------	---



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Bazele teoretice și metodice a turismului					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.01. O.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	-	30	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “Bazele teoretice și metodice a turismului” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului I secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului în aspect formativ, aplicativ și integrativ la catedra „Natație și Turism” .</p> <p>Transformările profunde ce au loc în societatea contemporană, impun noi rigori și obiective instituției superioare de învățământ. Astfel Curriculumul disciplinei “Bazele teoretice și metodice a turismului” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile referințe bibliografice de bază didactice în sfera antreprenoriatului turistic, în pregătirea cadrelor calificate, cu scopul sporii capacității de concurență în deservirea turiștilor locali și străini, pregătirea specialistului în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniu turismului.</p> <p>Bazele teoretice și metodice a turismului este de-a organiza deservirea la un nivel înalt a turiștilor, care dispun de serviciile firmelor și a rețelelor de agenții turistice, abordarea complexă a elaborării programelor de deservire a turiștilor locali și străini.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic aplicativ în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul turismului;• Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor pe arena						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>internațională și națională în industria turismului;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de analiză a peții turistice; • Proiectarea strategiilor manageriale în contexte locale, regionale, naționale și globale; • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori sociale în domeniul turismului; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul turismului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina “Bazele teoretice și metodice a turismului” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul turismului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalilor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale turismului. • Aplicarea modalității de întocmire a contractelor în sfera comercializării produselor turistice. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței turistice. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească, să reproducă, conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii turism (tur-operator, agent de turism, turist, produs turistic, tur, circuit turistic, sejur, pachet turistic, tur-operatori inițiativi, receptivi,); - să identifice deosebiriile dintre tur-operator și tur-agent; - să identifice funcțiile principale ale tur-operatorului; - să identifice criteriile diferitor feluri de deserviri și servicii turistice; - să argumenteze strategiile de promovare a produsului turistic; - să identifice cele 9 metode psihologice ale tratativilor cu furnizorii; - să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei. <p align="center"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice conținutul contractului cu clientul, conținutul foii turistice; vaucer; harta tehnologică; - să determine rolul și funcțiile tur-operatorului și agentului turistic; - să alcătuiască o programă de servicii turistice, un itinerar, tur; - să planifice rutele, itinerare turistice, programe de servicii; - să elaboreze proiecte de dezvoltare managerială în domeniul; - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea tur-operatorului. <p align="center"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul turismului; - să explice esența și structura activității turistice; - să comunice și să acționeze eficient la încheierea contractelor cu furnizorii de deservire, clasele comerciale și economice, formalitățile turistice; - să analizeze circumstanțele tratativilor, metodele de realizare a hotărârilor posibile, „portretul” partenerului de afaceri; - să respecte particularitățile și formalitățile turistice pe piața turistică națională și internațională. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Considerații generale tehnice privind operațiunile de turism	2	2	2	4
	2	Organizarea activității operatorului de turism	2	2	2	4
	3	Structura produsului turistic, pachetul turistic	4	2	2	4
	4	Mecanismul funcționării pieții turistice	2	2	2	2
	5	Circulația turistică	2	2	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	6	Proiectarea turului			2	4	
	7	Încheierea contractelor cu furnizorii serviciilor turistice	2	2	2	2	
	8	Contractul dintre tur-operatorii inițiatori și cei receptivi		2	2	4	
	9	Contractul cu întreprinderea hotelieră și alimentară	2	2	2	2	
	10	Contractul cu companiile aeriene și căilor ferate			2	2	
	11	Promovarea produsului turistic	2	2		2	
	12	Caracterizarea formelor fundamentale de vânzare a produsului turistic	2	2	2	4	
	13	Selectarea partenerelor pentru vânzarea produsului turistic,atributele acordului agențial	2	2		2	
	14	Cataloagele operatorului turistic ca sursă principale de informație			2	4	
	15	Documentele turistice	2	2		4	
	16	Formalitățile turistice			2	2	
	17	Vizele turistice și formalitățile vamale	2	2		2	
	18	Expoziții			2	2	
	19	Furnizorii turistici	2	2	2	4	
	20	Metodele de reclamă, normative ale produsului turistic	2	2		2	
	Total			120	30	30	60
	Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul</i> și <i>seminarul</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică</i>, <i>dezbatere</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbatere</i>, <i>curs practic – aplicativ</i>, <i>prelegere problematizată</i>. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: <i>seminare de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului</i>, <i>de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare</i>; <i>dezbatere</i>, <i>braistorming</i>, <i>în baza cercetării</i>, <i>a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea</i>, <i>explicația</i>, <i>dialogul</i>, <i>prezentarea</i>, <i>lucrul în grup</i>, <i>masă rotundă</i>, <i>metoda Piramidei</i>, <i>Jigsaw (Mozaicul)</i>, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predare cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică</i>, <i>conversația didactică</i>, <i>demonstrația</i>, <i>lucrul cu actele normative</i>, <i>modelarea didactică</i>, <i>problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în PP a studiilor de caz a sistemelor sociale a statelor, selectate la libera alegere a studenților, asupra subsistemelor (natural-material, administrativ, politic, economic, cultural) diferite <i>activități frontale</i>, <i>activități de grup</i>, <i>activități individuale</i>.</p>					
	Strategii de evaluare	<p><i>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu</i>, <i>chestionare orală</i>, <i>conversație</i>, <i>expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrări de laborator individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul</p>					

	<p>formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele(cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aubrey C. Daniels. Managementul performanței: strategii de obținere a rezultatelor maxime de la angajați. Iași: Polirom, 2007. p.17. 2. Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009. 3. Dragnea L., Copețchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSO, 2012.p. 98. 4. Mindrigan V., Berzan S., Onoi M. Marketingul turistic (note de curs) Chișinău: Editura USEFS, 2012. 190 p. 5. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p. 6. Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2010.p. 32 7. Stănciulescu G. Managementul agenției de turism. București: Editura ASE, 2013.p.217. 8. Stănciulescu G., Marin-Petelescu A. Tehnica operațiunilor de turism-studii de caz și probleme. București: Editura ASE, 2008.p.189. 9. Stănciulescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83. 10. Зорин В. Профессиональное образование и карьера в туризме. Москва: Советский Спорт, 2005, с. 1-112,161. 11. Ильина Е. Туроперейтинг: Организация деятельности. - Москва: Финансы и статистика, 2011. 12. Косолапов А. Менеджмент в туристской фирме. - Москва: КНОРУС, 2007.с.104. 13. Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2010. 14. Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. с.45. 15. Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014.с. 237. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Înotul					
Titularul cursului		Stepanova Natalia					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.01 O.07	Anul	I	Semestrul	I
Nr.credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	45	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “Înotul” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului I secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățării înotului, care presupun formarea specialiștilor de înaltă pregătire în domeniul turismului, capabili de a utiliza elementele de învățare a înotului în cadrul activităților nautice desfășurate cu diverse contingente de persoane;• obiectivele cadru ale învățării înotului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea caracteristicilor înotului sportiv și al celui aplicativ, care va asigura abordarea complexă a elaborării programelor de instruire la înot;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional prin achiziția de capacități și atitudini pe parcursul anilor de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. I, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor privind instruirea în proba de natație; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina “Înotul” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul serviciilor publice. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. • Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului; - să cunoască metodele și procedeele de învățare a exercițiilor de înot; - să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeelelor sportive și înotul aplicativ în cadrul structurii lecției de înot; - să cunoască metodică reglării efortului fizic în cadrul lecției; - să poată organiza, desfășura și arbitra competițiile de înot; - a participa, organiza la manifestările de salvare de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor; - să determine noțiunile de bază ale cercetărilor pedagogice, metodele de cercetare, lucrul cu literatura. - să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze și să utilizeze în scop didactic proiectul didactic a lecției de înot în cadrul practicării; - să selecteze și să aplice exerciții pregătitoare și speciale pentru învățarea elementelor tehnice de bază a procedeelelor de înot; - să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație, coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; - să desfășoare etapa pregătitoare ale lecției de înot pe uscat conform proiectului didactic; - să interpreteze corect salvarea de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor. <p style="text-align: center;"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în proiectarea didactică; - să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; - să explice și să execute expresiv exercițiile de înot; - să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative; - să încadreze în cadrul lecției elemente de cercetare științifică. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

1	Introducere în natație. Bazele generale ale înotului sportiv	4	2		2
2	Tehnica înotului sportiv, starturilor și întoarcerilor	4	2		2
3	Învățarea înotului și aquaerobicii și metodica aplicării lor la lecțiile cu diferit contingent	5	3		2
4	Organizarea și planificarea lecțiilor de instruire	4	2		2
5	Bazele tehnice ale înotului aplicativ	4	2		2
6	Înotul aplicativ (regulile respectării tehnicii securității în marșurile turistice și orele de recreație)	4	2		2
7	Învățarea exercițiilor pregătitoare pentru acomodarea cu apa	4		2	2
8	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare în procedeul craul pe piept, spate	2		2	
9	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate	2		2	
10	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate în coordonare cu respirația	4		2	2
11	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare și brațe în procedeul2 future	2		2	
12	Învățarea coordonării mișcărilor de picioare, brațe și respirație în procedeul fluture	2		2	
13	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, pe spate, fluture în coordonare cu respirația	1		1	
14	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare cu respirația	2		2	
15	Perfecționarea tehnicii înotului în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare deplină	2		2	
16	Învățarea tehnicii a mișcărilor de picioare bras în coordonare cu respirația și fără	4		2	2
17	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe in procedeul bras	2		2	
18	Învățarea continuă a mișcărilor de picioare bras în coordonare cu respirația și fără	2		2	
19	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras cu reținerea respirației și în coordonare cu respirația	2		2	
20	Învățarea tehnicii înotului în procedeul bras în coordonare deplină	4		2	2
21	Învățarea tehnicii întoarcerii în procedeul craul pe piept și spate	2		2	
22	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe, picioare, respirație în stilurile craul pe piept, spate, fluture și bras	2		2	

	23	Învățarea și perfecționarea tehnicii înotării în procedeul fluture, bras	4		2	2
	24	Învățarea și perfecționarea tehnicii startului de pe blocul de start și din apă	2		2	
	25	Perfecționarea parcurgerii distanțelor în procedeele craul pe piept, spate, fluture și bras cu efectuarea corectă a starturilor și înotărilor	2		2	
	26	Învățarea tehnicii procedurii aplicativ de înot pe o parte	4		2	2
	27	Învățarea tehnicii procedurii aplicativ de înot bras pe spate	4		2	2
	28	Învățarea tehnicii scufundărilor în adâncime, lungime și a plonjărilor în procedeele bras și craul pe piept. Învățarea tehnicii procedurilor de transportare și de eliberare de încheștările victimei.	4		2	2
	29	Folosirea jocurilor și distracțiilor în timpul învățării înotului	4		2	2
	Total		90	15	45	30
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategiideevaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1.Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2.Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3.Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p>					

	Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.	
Stabilirea notelor finale (pondera exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Mâine, 2012.</p> <p>2. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p.</p> <p>3. Maglischo E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p.</p> <p>4. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p.</p> <p>5. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotărilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școală" 3/2015, Chișinău, - P.66-69.</p> <p>6. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта. Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003.</p> <p>7. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с.</p> <p>8. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006.</p> <p>9. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с.</p> <p>10. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. - К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024

www.usefs.md

tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09

E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Organizarea și administrarea întreprinderilor turistice					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile/Grosu Maria					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.01. O.08	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	45	-	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Organizarea și administrarea întreprinderilor turistice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul disciplinar „Organizarea și administrarea întreprinderilor turistice” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a cunoaște modele de organizare și dirijare a agențiilor de turism, transport, structurilor de cazare și alimentație publică; precum și calitățile de manager și activitățile manageriale.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor și teoriilor sociale în organizarea și desfășurarea unei firme turistice;• Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor managerului turistic;• Utilizarea metodologiilor de analiză și sinteză a întreprinderilor turistice;• Proiectarea de strategii turistice în contexte locale, regionale, naționale și globale;• Susținerea, promovarea și comunicarea unor idei și valori turistice naționale;						

	<ul style="list-style-type: none"> • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul agențiilor turistice, care pune la dispoziția turiștilor spații de cazare și zone de agrement. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în context (receptarea, transmiterea, prelucrarea, și stocarea informațiilor în cursul de profil); • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă și folosirea tehnicilor de negociere, cooperare, colaborare, comunicare în activitățile de grup, utilizarea și implementarea diverselor colaborări cu cadre didactice și cu managerii instituțiilor de învățământ, studierea și informarea permanentă cu parctici și teorii noi pe care să le implementeze în activitățile sale de viitori specialiști în domeniu. • Autoevaluarea obiectivă pe parcursul activității profesionale cu scopul pregătirii viitorilor specialiști integrați pe piața națională a turismului. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească noțiunile principale ale disciplinei Organizarea și administrarea întreprinderilor turistice (management, conducere, organizare, organigramă, modele de conducere, turist, tur-operator, manager, activități manageriale ș.a.); • să definească modele de conducere a agențiilor de turism, precum și a furnizorilor de servicii din industria turistică; • să cunoască funcțiile managementului turistic; • să identifice modalitățile de aprovizionare și gestionare a stocurilor în firmele din turism; • să cunoască deosebirile dintre activitatea în cadrul agențiilor de turism și a furnizorilor de servicii; • să identifice sistemele informatice utilizate în activitățile de turism servicii. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine rolul produselor turistice pe piața turistică; • să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; • să determine care sunt pricinile ce duc la crizele sau surplusul de produse pe piața turistică; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul exercitării unei funcții în sfera turistică sau în timpul practicii manageriale. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să țină seama de particularitățile de organizare și dirijare a agențiilor de turism; • să cunoască care sunt metodele de comunicare în cadrul întreprinderii; • să acționeze eficient în timpul exercitării unei funcții oferite de un superior. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Managementul, știință și artă în conducerea modernă.	8	2	2	4
	2	Analiza evolutivă a conceptului de conducere.	6		2	4
	3	Modele de organizare și conducere a firmelor de turism.	8	2	2	4
	4	Dimensiunile structurii organizatorice a firmelor turistice.	8	2	2	4
	5	Funcțiile managementului turistic.	8	2	2	4
	6	Formalizarea și comunicarea în firmele de turism.	8	2	2	4
	7	Aspecte ale comunicării moderne în firmele de turism și servicii.	4	2	2	
	8	Procesul decizional în management.	4		2	2
	9	Etapele procesului decizional.	8	2	2	4

	10	Controlul în cadrul activității de management.	8	2	2	4
	11	Tehnologia controlului ca atribut al managerului.	4		2	2
	12	Calitatea de manager și activitățile manageriale.	8	2	2	4
	13	Managementul activității hoteliere.	8	2	2	4
	14	Criteriile de clasificare a obiectivelor de cazare.	5		3	2
	15	Managementul activităților de transport în turism, servicii.	6	2	2	2
	16	Locul transporturilor în activitățile de turism și servicii.	8	2	2	4
	17	Operațiunile tehnice și organizarea agenției de turism.	6		2	4
	18	Structura tehnică a unei agenții de turism.	6	2	2	2
	19	Aprovizionarea și gestionarea stocurilor în firmele din turism.	8	2	2	4
	20	Conducerea activităților de aprovizionare în turism.	4		2	2
	21	Sisteme informatice în activitățile de turism servicii.	8	2	2	4
	22	Managementul activităților de turism servicii și dezvoltarea durabilă.	5		2	3
	Total		150	30	45	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>					

	<p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Adriana Z. Relații publice. Ediția a 2-a revăzută, Iași, 2004. 2. Botezatu A. Bazele Managementului Aplicații Practice. Chișinău, 2017. 3. Burdus, E., Tratat de management, Ed. Economica, Bucuresti, 2005. 4. Certo, S., Managementul modern, Ed. Teora, Bucuresti, 2002. 5. Cojocariu S. Management în turism și servicii. București, 2010. 6. Crișan, S., Management. Elemente fundamentale, Ed. Mira Design, Sibiu, 2001. 7. Dalota M., Donath L. Managementul firmei prin planul de afaceri. Timișoara, 1997 8. Emilian. R. Managementul serviciilor. București, 2000. 9. Gabriela S., Micu C. Economie si gestiune în turism. Probleme, proiecte și studii de caz, București, 2009 10. Goian M. Introducere în management. Timișoara, 1999 11. Neagu V., Busuioc M. Managementul serviciilor turistice. București 2007 12. Neagu V. Managementul calității serviciilor turistice. București 2007. 13. Nicolae L. Hotelul. Economie si management, ediția a VI-a, București, 2010. 14. Palade G., Botezatu A., Șargo A. Bazele Managementului. Curs pentru elevi din învățământul profesional tehnic. Chișinău : Labirint, 2017 15. Puiu N. Management în turism. București 2002 16. Rodica M. Economia turismului, editia a III-a, București, 2004. 17. Șuleanschi S., Veveriță V. Primi pași în afaceri. Ghid pentru antreprenori începători. Chișinău, 2009. 18. Zlate M. Leadership și management. Iași 2004 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Economia turismului					
Titularul cursului		Cernavca Mihai/Onoi Mihail					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.02.O.09	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Economia turismului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <p>obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a stabili prețurile la produsele turistice, a calcula anumiți indici economici, a aprecia valoarea economică a tururilor etc.;</p> <ul style="list-style-type: none">• obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea particularităților de funcționare a mecanismului economic în domeniul turismului;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea</p>						

	<p>atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în activitatea de întreprinzător în organizațiile turistice; • Elaborarea și gestionarea mecanismului economic în activitatea turistică; • Utilizarea metodologiilor de analiză a turului ca activitate economică; • Proiectarea itinerarelor turistice și stabilirea costului pentru serviciile indicate; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera turismului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice economiei turismului în scopul bunei desfășurări a activității întreprinderii de turism. • Aplicarea aspectelor economice ale agroturismului în procesul de creare și gestionare a unei pensiuni turistice. • Autoevaluarea obiectivă a mijloacelor de bază ale firmei turistice. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să identifice termeni, relații, procese și să perceapă unele relații și conexiuni în cadrul disciplinelor economice; ➤ să utilizeze corect termenii de specialitate din domeniul economiei și turismului; ➤ să definească/nominalizeze conceptele ce apar în activitatea de turism; ➤ să posede capacitatea de adaptare la noi situații apărute pe parcursul activității de turism. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine rolul și aspectelor economice în turismul rural și agroturism; ➤ să poată generaliza, particulariza, integra unele domenii economice în activitatea turistică; ➤ să realizeze de conexiuni între componentele ofertei turistice; ➤ să poată argumenta unele enunțuri pentru consumatorii/utilizatorii serviciilor turistice; ➤ să poată organiza și planifica activitățile de turism; ➤ să efectueze o analiză și sinteză a fenomenelor generate de activitatea de turism și de interconexiunea dintre turismul național, regional, intern și internațional. <p style="text-align: center;"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să scoată la iveală interlegăturile însușirilor turistice, logica lor internă și modelul economico-organizațional al activității turistice; ➤ să evalueze corect din punct de vedere economic perspectivele și particularitățile de dirijare a turismului la nivel de ramură; ➤ să transpună în practică cunoștințele dobândite în cadrul cursurilor, a dezbaterilor și a studiilor de caz analizate la seminar; ➤ să-și formeze și să aplice abilitățile de cercetare, creativitate în sfera activității de turism, ca sistemă economică; ➤ să conceapă proiecte și să stabilească pași de derulare a acestora, în scopul dezvoltării turismului la nivel național sau în profil teritorial. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Bazele economice ale turismului.	4	2		2
	2	Turismul ca fenomen al economiei naționale.	4	2		2
	3	Turul ca categorie economică.	6	2		4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	4	Activitatea de întreprinzător în organizațiile turistice.	4	2		2	
	5	Piața turistică.	4	2		2	
	6	Economia turismului regional.	6	2		4	
	7	Particularitățile de funcționare a mecanismului economic în turism.	4	2		2	
	8	Baza financiară în firma turistică.	4	2		2	
	9	Aspectele economice ale turismului agrar.	4	2		2	
	10	Economia și asigurările turismului social.	6	2		4	
	11	Aspectele economice ale turismului mondial.	4	2		2	
	12	Aspectele economico-financiare ale asigurărilor în turism.	6	2		4	
	13	Configurația economică a serviciilor turistice.	4	2		2	
	14	Efectele economice, sociale și de mediu ale turismului	4	2		2	
	15	Eficiența activităților în turism	8	2		6	
	16	Modele economice ale funcționării și dezvoltării industriei turistice	4		2	2	
	17	Sursele de finanțare în cadrul industriei turistice	6		2	4	
	18	Indicatorii de cuantificare a eficienței activităților derulate în unitățile hoteliere	8		4	4	
	19	Indicatorii de cuantificare a unităților de alimentație publică pentru turiști	8		4	4	
	20	Aspecte economice ale serviciilor turistice complementare	4		2	2	
	21	Specificul stabilirii prețurilor în turism	10		4	6	
	22	Aspecte macroeconomice ale activității turistice	6		4	2	
	23	Aspecte microeconomice ale activității turistice	6		4	2	
	24	Configurația economico-financiară a asigurărilor în turism	4		2	2	
	25	Statistica activității turistice	8		4	4	
	26	Statistica activității turistice în țările SNG	6		4	2	
	27	Sinicostul serviciilor turistice	6		4	2	
	28	Indicii economici ai dezvoltării turismului	6		4	2	
	29	Indicii cererii și ofertei turistice	6		4	2	
	30	Elaborarea și argumentarea economică a programelor regionale de dezvoltare a turismului	6		4	2	
	31	Eficiența activităților în turismul național și internațional	8		4	4	
	32	Problemele și perspectivele dezvoltării economice a industriei turistice	6		4	2	
		Total		180	30	60	90
		Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>											
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Băltărețu A.M. Economia turismului. București: Pro Universitaria, 2012. 320 p. Caușan C., Lupașco N. Gestiunea financiară hotelieră: Suport de curs. Chișinău: Universitatea "Perspectiva-Int", 2019. 196 p. Constantinescu L. Economia turismului. Suport de curs. Tîrgoviște: Universitatea Valahia, 2011. Ionică M. Economia serviciilor. Abordări teoretice și implicații practice. București: Uranus, 2006. 256 p. Ionecu I., Ionașcu V., Popescu M. Economia întreprinderii de turism și comerț. București: Editura Universității Creștine „Dimitrie Cantemir”, 2001. Micu C., Stanciulescu G. Economie și gestiune în turism. Probleme, proiecte și studii de caz. București: CH Beck, 2009. 504 p. Minciu R. Economia turismului – ediția a III-a revăzută și adăugită. București: Editura Uranus, 2004. Miron V. Afaceri în turismul rural. Chișinău, 2005 Popesc D., Minciu R., Padurean M., Hornoiu R. Economia turismului - aplicații și studii de caz. București: Uranus, 2007. 103 p. Snak O., Baron P., Neacșu N. Economia turismului. București: Editura Expert, 2003. Stănciulescu G. Tehnica operațiunilor de turism. București, 1998 											

12. Teodorescu C. Economia turismului. Note de curs. București: Editura Credis, 2009.
13. Turcu D., Weisz J. Economia turismului. Timișoara: Editura Eurostampa 2008. 119 p.
14. Alexandrova A. Статистика туризма: учебник. Москва: Федеральное агентство по туризму, 2014. 464 с.
15. Александр З. Экономика туризма. Издательство: Финансы и статистика, 2007. 272 с.
16. Балабанов И.Т. Экономика туризма. Москва, 2000.
17. Богданов Е., Богомолова Е., Орловская В. Экономика отрасли туризм. Учебник. Издательство: ДРОФА, 2014, с.320.
18. Боголюбов В., Орловская В. Экономика туризма. Москва: Академия, 2005. 192 с.
19. Бородин В. Экономика туризма. Издательство: Форум, 2011. 240 с.
20. Дмитриев М., Забаева М., Малыгина Е. Экономика туристского рынка. Учебник. Москва: Юнити-Дана, 2010. 312 с.
21. Здоров А. Экономика туризма. Учебник. Москва: Финансы и статистика, 2004. 272 с.
22. Здоров А. Экономика туризма. Учебник. Москва: Финансы и статистика, 2004. 272 с.
23. Карманова Т., Каурова О., Малолетко А. Статистика туризма / Tourism Statistics. Издательство: КноРус, 2012. 208 с.
24. Квартальнов В.А Туризм как вид деятельности. Москва, 2002
25. Квартальнов В.А Туризм как объект управления. Москва, 2002
26. Квартальнов В.А Экономика туризма. Москва, 2002
27. Квартальнов В.А. Финансы и бухгалтерский учет в туризме. Москва, 2003
28. Наумова С. Экономика и предпринимательство в социально-культурном сервисе и туризме. Учебное пособие. Томск: Издательство Томского политехнического университета, 2003. 127 с
29. Овчаров А. Экономика туризма. Учебное пособие. Издательство: Инфра-М, 2014. 256 с.
30. Черевичко Т. Экономика туризма. Москва: Дашков и Ко, 2014, 264 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Gestiuni hoteliere					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile/Grosu Maria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.02. O.10	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4		Limba de instruire				
Ore de contact direct		60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (F – componenta de specialitate)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare		<p>Disciplina de studii „Gestiunea Hotelieră”, progresele înregistrate în domeniu reprezintă, de asemenea, măsura satisfacerii nevoii pentru turism a populației. Sporirea veniturilor bănești, urbanizarea, creșterea timpului liber etc. s-au reflectat în modificarea comportamentului consumatorilor față de turism, în sensul intensificării cererii și diversificării nevoilor, manifestării unei exigențe sporite în privința calității serviciilor. În acest context, gestiunea hotelieră este cea care trebuie să creeze condiții ca un număr tot mai mare de persoane să beneficieze de posibilitatea petrecerii vacanței sau sfârșitului de săptămână într-o zonă turistică.</p> <p>Servicii hoteliere insuficiente în raport cu dimensiunile cererii sau calitatea lor necorespunzătoare, pe lângă efectele negative asupra odihnei și recreării consumatorilor, vor determina schimbări în destinația veniturilor și disponibilităților de timp și, indirect, scăderi în circulația turistică.</p> <p>Disciplina Gestiunea Hotelieră conturează anumite repere fără de care ființa umană, într-o societate a multidimensiunii informației, nu s-ar putea insera, nu ar putea descifra noul, nu ar putea modela sensul prezent fără a articula trecutul către viitor. De aceea prin parcurgerea acestui curs studentul va putea pătrunde în lumea mirifică a hotelieră și va dobândi cunoștințe despre apariția noțiunii de hotel, despre tipurile de structuri de primire turistice și de restaurație, despre lanțurile hoteliere și despre sistemele de cazare și management hotelier.</p>					
		Competențe profesionale:					
		<ul style="list-style-type: none">• Explicarea și interpretarea de situații/procese concrete din domeniul hotelului, turismului și serviciilor pe baza conceptelor și principiilor evidenței contabile și a utilizării indicatorilor pentru explicarea și interpretarea situațiilor analizate.• Fundamentarea necesarului de resurse materiale și financiare în raport cu					

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>cerințele volumului și eficienței organizațiilor de hotel, turism, servicii.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Explicarea și interpretarea de date și informații din punct de vedere cantitativ și calitativ, pentru formularea de argumente și decizii concrete asociate turismului și serviciilor hoteliere. • Rezolvarea problemelor în contexte bine definite asociate: conceperii, planificării și executării de activități în cadrul firmelor de turism și servicii hoteliere. • Realizarea de proiecte profesionale prin utilizarea conceptelor, principiilor și metodelor specifice domeniului gestiunilor hoteliere. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de munca riguroasă, eficientă și responsabilă. • Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă pluridisciplinară și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei. • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ cunoașterea noțiunii de gestiune în activitatea de turism; ➤ cunoașterea organizării și funcționării agenției de turism; ➤ cunoașterea metodologiei de clasificare a unităților de primire cu funcțiuni de cazare; ➤ cunoașterea tipurilor de unități de alimentație publică; ➤ cunoașterea instrumentelor și modalităților de plată utilizate în activitatea de turism; ➤ cunoașterea tehnicilor de stabilirea tarifelor în activitatea turistică; ➤ cunoașterea tipurilor de contracte utilizate în activitatea de turism; ➤ cunoașterea necesității încheierii asigurărilor în turism; ➤ cunoașterea procedurilor de evaluare a unităților de turism; ➤ cunoașterea posibilității accesării fondurilor europene pentru dezvoltarea turismului. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ elaborarea unui produs turistic; ➤ posibilitatea alcătuirii unui meniu și aranjarea sălii pentru evenimente; ➤ posibilitatea calculării tarifelor la cazare și a prețurilor meniurilor în alimentație publică; ➤ posibilitatea întocmirii diverselor contracte din turism; ➤ calcularea cu date concrete a tarifului unui pachet turistic; ➤ calcularea unui tarif de cazare la un hotel ales; ➤ calcularea prețului unui meniu la un restaurant dat; ➤ evaluarea unui hotel. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ cunoașterea, interpretarea și aplicarea probleme de afaceri internaționale în domeniul tehnologiei hoteliere cu implicarea organismelor publice. ➤ capacitatea de a conduce în contexte dintre cele mai diverse, abilități de conducător și angajare clară pe calea propriei dezvoltări profesionale; ➤ capacitatea de sintetizare și interpretare a unui set de informații în domeniul pregătirii de rezolvare a problemelor de bază în domeniul hotelier și de evaluare a concluziilor posibile. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Gestiunea hotelieră. Elemente definitorii.	3	1		2
	2	Trăsăturile activității hoteliere.	3	1		2
	3	Contextul istoric și actual al industriei hoteliere.	5		1	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	4	Criteria de clasificare a hotelurilor.	6	2		4	
	5	Tipuri de organizații hoteliere și forme de exploatare a lor.	3	1		2	
	6	Organizarea unei întreprinderi hoteliere.	6	2		4	
	7	Amenajarea tehnologică a hotelurilor.	4	2		2	
	8	Organizarea și exploatarea Serviciul front –office.	4	2		2	
	9	Organizarea și exploatarea Serviciul de etaj.	4		2	2	
	10	Organizarea departamentului de alimentație.	6	2	2	2	
	11	Tipologia serviciilor de agrement în cadrul unității hoteliere.	6	1	1	4	
	12	Comercializarea serviciilor hoteliere.	8	2	2	4	
	13	Prețuri și tarife în industria hotelieră.	4	2		2	
	14	Planificarea activității în unitatea hotelieră.	5	2	1	2	
	15	Comunicarea interdepartamentală și motivarea angajaților.	5	2	1	2	
	16	Serviciile de agrement în industria hotelieră.	5	1	2	2	
	17	Clasificarea pe categorii de încadrare.	4	1	1	2	
	18	Tipologia industriei hoteliere.	3		1	2	
	19	Activități operaționale desfășurate la nivelul hotelului	5	1	2	2	
	20	Activități funcționale desfășurate la nivelul hotelului.	5	1	2	2	
	21	Serviciile de agrement în industria hotelieră.	5	1	2	2	
	22	Clasificarea pe categorii de încadrare.	4	1	1	2	
	23	Tipologia industriei hoteliere.	3		1	2	
	24	Activități operaționale desfășurate la nivelul hotelului	4		2	2	
	25	Activități funcționale desfășurate la nivelul hotelului.	5	1	2	2	
	26	Sisteme de rezervare în hotel	5	1	2	2	
	27	Tarife de cazare și motivarea angajaților	4		2	2	
	Total			120	30	30	60
	sugestii metodologice de predare-învățare	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
		<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat,</p>					

<p>Strategii de evaluare a rezultatelor academice</p>	<p>potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baker S., Principiile operațiunilor de la recepția hotelului. Ediți a 2 Editura: CH Beck 2007 2. Bardi, J. A., Hotel Front Office Managemet, Editura John Wiley & Sons Hoboken, New Jersey 2007 3. Bran P., Finanțele întreprinderi: București ,ASE 2015. 4. Caușan C. Lupașco N. Gestiunea financiară hotelieră: Universitatea "PERSPECTIVA-INT", 2019. 5. Caușan C. Talmaciov I. Matrosova M. Финансовое пособие молодого предпринимателя Тирасполь Изд-во "Tesline", 2017. 6. Cristina M., Stanciulescu G., Managementul operațiunilor în hotelărie și restaurație Editura: CH Beck 2012. 7. Lupu, N., Hotelul - Economie și management, Editura: All Beck, București 2005 8. Lupu, N., Hotelul - Economie și management, Ediția a VI-a, Editura: All Beck, București 2010 9. Man O., Tehnologie hotelieră și de restaurant, Editura: Euro Plus, Galați 2011 10. Niță V., Butnaru I. Gestiune hotelieră. Iași, 2010. 11. Stănciulescu, G., Micu, C., Economie și gestiune în turism - Probleme, proiecte și studii de caz, Editura: All Beck, București 2009; 12. Stere S., Managementul calității serviciilor și ospitalitatea în restaurante, gastronomie, hoteluri Editura: Polirom 2014. 13. Valentin N., Butnaru G I., Gestiunea hoteliera - curs, aplicații, grile Editura: Tehnopress, 2005. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Limba franceză II					
Titularul cursului		Coronovschi Zinaida					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G.02.O.11	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	120	Studiu individual	120	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	-	60	60	
Nota de prezentare	<p>Programa prevede, asigurarea continuității procesului de predare/învățare a limbii străine, promovarea orientării profesionale, realizarea unui nivel înalt de cultură generală și de civilizație, de maturizare spirituală și intelectuală, de comunicare interpersonală, îndeosebi ca mijloc prioritar de a accede la surse internaționale de informare și documentare.</p> <p>Limba străină oferă studenților o mare diversitate de conținuturi, le formează un nivel mai înalt de cunoștințe, deprinderi și aptitudini.</p> <p>Obiectivul major este realizarea unui învățământ de calitate.</p> <p>procesul de predare/învățare se vor dezvolta la o treaptă superioară competențele lingvistice. Prin raportarea strategiilor și activităților individuale de învățare tipice limbilor străine la cele ale limbii materne, se va crea o concepție unitară despre funcționarea limbii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Scopul principal al predării limbilor străine în U.S.E.F.S. este posedarea practică a limbii străine ca mijloc de informare și documentare a studenților cu literatura de specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a.• Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitate, precum și formularea opiniei proprii cu privire la cele expuse.• Întreținerea unei convorbiri, discuții pe teme prevăzute de programă.• Asimilarea cunoștințelor de civilizație despre țara, limba căreia se studiază să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante						

	<p>valori comune sau diferite din cele două culturi (română și franceză).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dezvoltarea creativității. • Dezvoltarea capacității de exprimare (oral și scris). <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea modalităților eficiente de stimulare a potențialului creativ al studenților. • Dezvoltarea relațiilor de comunicare eficientă și constructivă în plan cognitiv, afectiv – motivațional, atitudinal și practic-aplicativ. 				
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recunoașterea structurilor lingvistice; • Identificarea noțiunilor, fenomenelor, datelor; • Reproducerea definițiilor, textelor; • Definierea noțiunilor, legilor; • Observarea și evidențierea faptelor, proceselor, fenomenelor; • Enumerarea, deosebirea, descrierea faptelor, proceselor; • Descrierea specificului tradițiilor, obiceiurilor ș.a. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea legăturilor intertextuale în baza temelor de specialitate studiate; • Analiza și sinteza; comparația; categorizarea și clasificarea; • Stabilirea interrelațiilor dintre fapte, fenomene, procese; • Abstractizarea, concretizarea, generalizarea; • Interpretarea, explicarea, ilustrarea, demonstrarea; • Inducția, deducția; • Organizarea, proiectarea, monitorizarea. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea în situații reale; • Realizarea independentă a lucrărilor creative; • Rezolvarea situațiilor de problemă; • Cercetarea personală; • Elaborarea de noi idei; • Caracterizarea și aprecierea valorică; • Receptarea, conștientizarea mesajului; • Comunicarea și activitatea eficientă în echipă, grup. 				
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Total</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
	1	Toursme et marché touristique	2	2	
	2	Le marché hôtelier	6	2	4
	3	Hôtellerie homologuée et non homologuée	4	2	2
	4	Hébergement en milieu rural	8	4	4
	5	Classement des hôtels en France	8	4	4
	6	Hébergement et hôtellerie	6	4	2
	7	Les hôtels de tourisme	6	2	4
	8	Tupes de chambres	6	4	2
	9	Evaluation des connaissances	6	4	2
	10	Les métiers de l'hébergement et de la restauration	6	4	2
	11	Accueil des clients	6	4	2
	12	Accueil et communication	8	4	4
	13	Évaluation finale	2	2	-
	14	Récapitulation	2	2	-
	Total		120	60	40+20 lectură

				particulară
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p><i>Utilizarea strategiilor didactice cooperante.</i></p> <p>Strategii didactice interactive (SDI) - suport cognitiv și socio-afectiv necesar formării profilului intelectual și psihologic al studenților și integrării lor în societate.</p> <p>Specificul strategiilor interactiv – creative constă în promovarea interacțiunii dintre capacitatea de gândire și personalitatea studenților.</p> <p>Dezvoltarea spiritului investigativ, a gândirii divergente și a atitudinii creative a studenților.</p> <p>Favorizarea accesului la cunoaștere prin forțele proprii.</p> <p>Valorificarea potențialului creativ al studenților.</p>			
Strategii de evaluare	<p><i>Evaluarea –inovativă</i> cea mai sigură metodă ce include: seminare, eseuri, proiecte, simulări, soluționare de probleme, prezentări și altele.</p> <p>La evaluare studenții demonstrează că “știu cum să”, în loc “să știe despre”.</p> <p><i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I. Studenții sunt admiși la examen în baza reușitei curente. Examenul final permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii străine studiate. Lucrările de control se dau după asimilarea anumitor compartimente din materia predată pe parcursul semestrului și la finele acestuia. Sunt admiși la lucrările de control de sfârșit de semestru și de sfârșit de an doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.</p>			
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%	
	Nota pentru evaluarea finală		40%	
	Nota evaluarea curentă		40%	
	Nota lucrul individual		20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le français du sport. (aut.G.Florea,București,2002) 2. Coronovschi Z., Culegere de texte la limba franceză pentru studenții anului I, Specialitatea Fitness/turism (suport didactic), Chișinău, 2015, 68 p. 3. Grammaire française. Chișinău, 2001. 4. La gym`. 2009. Lectures faciles. 5. Lexique anglais / français des sports olympiques. Paris, 2001. 6. Revue Olympique. 7. Dicționar de tremeni sportivi francez – român. 8. Dicționar francez – român. 9. Le français. Sujet de civilisation; Chișinău, 2012. 10. Le français – c'est facile... Le français – c'est utile...; Chișinău, 2002. 11. Terminologie de l'éducation physique et du sport. B, 2004. 			



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea de Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Limba engleză II					
Titularul cursului		Nastas Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 02 O.11	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	-	60	60	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea Servicii hoteliere, turism și agrement.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentând rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată.• Însușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală.• Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă.• Însușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none">• Însușirea terminologiei de specialitate în limba engleză;• Participarea activă la interacțiunile verbale.						

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; • identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate; • schițarea și scrierea planul unui text cunoscut. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • redactarea și corectarea , în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale ; • audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; • pregătirea și prezentarea unor comunicari pe anumite teme; • explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizînd logic lexicul de specialitate. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut; • extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață. • cunoașterea regulilor de reducție a unui text. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			Total	L/P	LI	
		1	Politics and Tourism Development	4	2	2
		2	Tourism Law	4	2	2
		3	Tourism management	3	2	1
		4	Hotel and restaurants services	6	4	2
		5	Customer relations and techniques	6	4	2
		6	Tourism activities coordinator	4	2	2
		7	Tourism agent	4	2	2
		8	Tourism and the quality of life	4	2	2
		9	Tourism in Moldova	6	4	2
		10	Rural tourism	6	4	2
		11	Cultural tourism	6	4	2
		12	Religious tourism	4	2	2
		13	Medical Tourism	6	4	2
		14	Ecotourism	6	4	2
		15	Sports Tourism	6	4	2
		16	Economic impact on tourism	6	4	2
		17	Tourism and globalization	5	4	1
		18	Revision	2	2	-
		19	Final Test	2	2	-
		Total		120	60	30 ore+ lectura individuală 30 ore
<p>Strategii de predare&</p>	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p>					

învățare în cadrul cursului/modulului	Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. În funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului II. Conținutul examenului prevede:</p> <p>Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului.</p> <p>Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu.</p> <p>Conversația pe o temă studiată.</p> <p>Traducerea lexicului de specialitate.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chele P. How to Eat, Move and be Healthy (a guide). 2. Denisova, G., Drozd, A., Romanovich, R. 2011. Tourism Terminology in Social, Linguistic and Translation Contexts. 3. Henrichs-Kleinen E. Gramatica limbii engleze, București: Editura Niculescu, 2003. 4. Keep the spirit Alive. International Olympic Academy, 2003 5. Leonard I. L. An introduction to tourism. Oxford Press. 6. Melenciuc D., Onofreiciuc E. English for High School. Chișinău, 2000. 7. Nedelcu C., Murar I., Bantaș A., Dicționar roman-englez, București; Teora, 2001. 8. Oxford Advanced Learners Dictionary, 2005. 9. Stundevern J. Sport tourism. Oxford Press. 10. The USA: Geography, History, Education (a reader). Moscova: List, 1999. 11. Галицынский Ю. Грамматика английского языка (сборник упражнений). Санкт-Петербург: КАРО, 2006. 12. Degtiarova P.F. English, 1989 13. Парахина А.В., Тылкина А.В. Учебник английского языка. Москва, Высшая школа, 1982. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Cultura comunicării și limbajul de specialitate					
Titularul cursului		Luca Aliona					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G.02.A. 12	Anul	I	Semestru I	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L - lecții practice, LI - lucru individual, P-prelegeri)</i>					
		Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Notă de prezentare	<p>Disciplina de studii „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” este parte componentă a planului de învățământ pentru ciclul I – studii superioare de licență, în domeniul de formare profesională 1013 <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>, specialitatea 1013.1 <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>, ce se realizează în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Ea se încadrează în sistemul disciplinelor de creare a abilităților și competențelor generale și este orientată spre crearea unui univers cultural propriu în diverse situații de comunicare, în conformitate cu normele limbii române literare, și, în mod special, spre formarea cunoștințelor și competențelor de organizare a procesului de comunicare în vederea stabilirii relațiilor interpersonale și a obținerii succesului în activitatea profesională ulterioară.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate”, la programul de studii „Servicii hoteliere, turism și agrement”, este predată în anul I, semestrul II. Curriculumul este elaborat în consonanță cu acumulările în cunoașterea științifică a domeniului, având la bază sistemul de credite transferabile. Numărul total de ore afectate cursului este de 120, inclusiv: 60 de ore – contact direct, 60 de ore – studiu individual (4 credite).</p> <p>Activitățile proiectate în cadrul disciplinei sunt orientate spre familiarizarea studenților cu principiile și aspectele comunicării în domeniul turismului și agrementului, cu funcțiile comunicării, cu cele mai eficiente tehnici de comunicare și de ascultare, cu documentele inerente realizării activității profesionale în cadrul întreprinderilor de turism și al celor hoteliere.</p>						

	<p>În vederea realizării obiectivelor disciplinei, sunt aplicate strategii de predare-învățare-evaluare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi la toate cele trei niveluri comportamentale, cu un grad diferit de complexitate: <i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare au scopul de a accentua noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, de formare a competențelor și de aplicare - integrare a acestora în activitatea profesională.</p> <p>În acest mod, curriculumul la disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” constituie un reper teoretic și practic util, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Studierea disciplinei „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” asigură formarea competențelor transversale și profesionale, prevăzute în planul de învățământ pentru specialitatea respectivă. Competențele transversale vizează, în special, dezvoltarea personală și profesională; interacțiunea socială. Ele includ: competențe de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, în procesul de colaborare a specialiștilor din domeniul serviciilor hoteliere, al turismului și agrementului, precum și al disciplinelor conexe; capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității culturale în activitatea profesională; leadership. Competențele profesionale sunt cele de cunoaștere, înțelegere și utilizare a limbajului specific domeniului: inițierea în terminologia de specialitate a turismului, în vederea utilizării ei adecvate în comunicarea profesională.</p> <p>Competențele generale și specifice formate în cadrul disciplinei sunt:</p> <p style="text-align: center;">Competențele generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe de comunicare interpersonală, publică și socioprofesională, a celor de susținere a unor discuții și dezbateri în diverse contexte de comunicare; - utilizarea limbajului verbal (oral și scris) în alcătuirea de mesaje logice, coerente, corecte, pentru realizarea obiectivelor comunicării; - asimilarea și aplicarea celor mai eficiente strategii de comunicare și de ascultare în activitatea profesională; - capacitatea de gândire critică, de percepere, analiză și sinteză a informațiilor etc. <p style="text-align: center;">Competențele specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea și aplicarea mijloacelor eficiente de comunicare în domeniul profesional; - utilizarea corectă a terminologiei de specialitate în activitatea profesională; - capacitatea de selectare și utilizare a literaturii științifico-metodice și a altor surse de informații necesare pentru realizarea activității profesionale a angajaților întreprinderilor turistice etc.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Finalitățile de studiu se realizează prin valorificarea conținutului modulelor unității de curs, prin utilizarea optimă a tehnologiilor didactice, prin aplicarea eficientă a activităților de predare-învățare-evaluare și a celor de cercetare. Ele sunt corelate optim cu cele stipulate în planul de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea abilităților de cunoaștere, înțelegere, aplicare, analiză, sinteză, evaluare în activitatea profesională; - comunicarea eficientă, aplicând cunoștințele din domeniul culturii comunicării și folosind terminologia de specialitate în limba română. <p style="text-align: center;">Finalitățile specifice ale disciplinei</p> <p>La sfârșitul studierii disciplinei, studenții vor fi capabili:</p> <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască noțiunile și conceptele de bază ale culturii comunicării; - să identifice problematica, teoriile, principiile comunicării; - să determine tendințele și perspectivele culturii comunicării; - să identifice aspectele teoretice ale comunicării; - să asimileze terminologia de specialitate; - să cunoască tipologia greșelilor de stil; - să cunoască principiile de elaborare a actelor oficiale necesare în munca de organizare a activității în domeniul serviciilor hoteliere, al turismului și agrementului.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sferile de comunicare profesională; - să obțină competențele de comunicare scrisă necesare în activitatea profesională; - să respecte normele de logică, de limbă, de etică ale comunicării; - să determine dificultățile, barierele și blocajele comunicării; - să interpreteze corect situațiile de comunicare în activitatea operatorului de turism; - să utilizeze competențele personale și de comunicare în procesul de comunicare cu clienții; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să manifeste abilități de ascultare și înțelegere a mesajelor altor persoane; - să stabilească relațiile optime cu partenerii în diverse situații de comunicare; - să evite și să soluționeze diferite conflicte de comunicare; - să respecte normele de logică și de limbă în elaborarea mesajelor scrise și orale; - să respecte normele de etică, să țină cont de aspectele psihologice în comunicarea profesională; - să creeze texte coerente cu tematică profesională, în diverse stiluri; - să elaboreze texte oficiale, în special cu caracter de specialitate; - să se exprime corect, fluent, elocvent; - să utilizeze corect terminologia de specialitate în activitatea profesională; - să realizeze procesul de comunicare profesională prin prisma sistemului de calitate; - să conștientizeze importanța însușirii culturii comunicării și a limbajului de specialitate pentru activitatea ulterioară în domeniul <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>.
--	--

	Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Conceptul de comunicare. Teorii, principii, niveluri ale comunicării. Etapele evoluției comunicării interumane. Limbajele. Tipuri și clasificări. Funcțiile limbajului.	10	2	4	4
	2	Limbaj comun vs. limbaj specializat. Caracteristicile limbajelor specializate. Terminologia domeniului <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i> .	4	2	-	2
	3	Stilul comunicării orale. Stil individual vs. stil funcțional. Calitățile generale și particulare ale stilului individual. Caracteristicile stilurilor funcționale ale limbii.	6	1	2	3
	4	Tipologia greșelilor de stil individual: pleonasmul, tautologia, cacofonia, dezacordul semantic, calchiera.	8	1	2	5
	5	Comunicarea orală. Normele de etică ale comunicării orale. Influența culturii naționale asupra stilului de comunicare.	8	1	2	5
	6	Normele de logică ale comunicării orale: legea identității, argumentarea tezelor, formularea concluziilor.	6	1	2	3
	7	Normele de limbă ale comunicării orale. Situații de comunicare: științifice, neutre,	8	1	4	3

	familiale. Specificul conversațiilor telefonice.				
8	Întrebarea și răspunsul în comunicarea orală. Reguli de comunicare pentru colectarea de informații.	4	-	2	2
9	Aspecte psihologice ale comunicării. Situații de comunicare: raționale, emoționale, mixte.	6	1	2	3
10	Dificultățile, barierele și blocajele comunicării. Conflictele de comunicare și căile de soluționare a acestora.	6	1	2	3
11	Strategii eficiente de comunicare în domeniul formării profesionale. Tehnici de ascultare. Ascultarea activă. Argumentarea, dezbateră.	8	-	4	4
12	Comunicarea scrisă. Noțiunea de text coerent. Triada <i>temă-conținut-titlu</i> . Componentele mici și mari ale textului coerent.	6	1	2	3
13	Tipologia discursului. Structura discursului clasic. Elaborarea și prezentarea unui discurs.	10	2	4	4
14	Textul oficial. Trăsăturile caracteristice, structura generală, forma grafică și estetică a actelor oficiale.	4	1	1	2
15	Clasificarea generală a actelor oficiale. Documentele organizatorico-administrative, documentele de dispoziție, actele informative, actele doveditoare. Modele.	10	-	6	4
16	Actele privind personalul: fișa personală, autobiografia, curriculum vitae, referința, recomandarea.	6	-	2	4
17	Lucrări de corespondență în domeniul serviciilor publice. Corespondența oficială. Lucrări de corespondență neoficială. E-comunicarea.	10	-	4	6
18	Evaluare finală. Lecție de totalizare	-	-	2	-
	Total	120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategiile didactice aplicate în cadrul lecțiilor presupun atât metode de transmitere a cunoștințelor, cât și de identificare a lor (exerciții de însușire a lexicului, analiza unor texte, articole de specialitate, efectuarea testelor de evaluare formativă, sumativă etc.), folosirea unor metode activ-participative (conversația, descoperirea, simularea, modelarea, dezbateră, diverse situații-problemă etc.). Metodele interactive aplicate (de ex. brainstormig-ul, sinelg-ul, turul galeriei, RAI) au menirea de a soluționa adecvat noile situații de învățare. Formarea abilităților de comunicare orală și scrisă - obiectivul major de predare/învățare a disciplinei - se realizează în baza deprinderilor de integrare, prin elaborarea diferitor tipuri de mesaje orale și scrise (reportaj, interviu, discurs la o temă de specialitate aleasă, portofoliu cu acte oficiale perfectate conform modelelor studiate etc.), care presupun aplicarea și integrarea tuturor competențelor formate în cadrul orelor de curs, la nivel de cunoaștere, de aplicare și de integrare. Însușirea terminologiei de specialitate se realizează regulat, în baza analizei textelor selectate din literatura științifică și beletristică, a articolelor din presa periodică de specialitate și a exercițiilor, ce sunt efectuate în cadrul tuturor orelor de cultura comunicării și limbajul de specialitate. Formele de activitate (frontală, individuală, în perechi, în grup), precum și tehnologiile digitale sunt aplicate în funcție de obiectivele urmărite la predarea fiecărui modul/ subiect. Conținutul teoretic și aplicativ al disciplinei are un caracter diferențiat, în funcție de specializarea studenților cărora le este predat cursul, fiind revizuit, adaptat și actualizat sistematic.</p>				
	<i>Evaluarea studenților are loc prin:</i>				

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>a) <i>Testare inițială</i>: diagnosticarea, la începutul semestrului I, a nivelului de posedare a limbii române;</p> <p>b) <i>Evaluarea curentă</i>: teste în scris; lucrări de control; integrarea lexicului asimilat în texte proprii, portofoliu;</p> <p>c) <i>Evaluarea finală</i>: examen la sfârșitul sem. I.</p> <p>La aprecierea cunoștințelor se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de competențele creative ale studentului (30%). Evaluarea curentă are un caracter formativ și ajută la depistarea deficiențelor de asimilare, aplicare și integrare a cunoștințelor studenților, în vederea proiectării activităților ulterioare.</p> <p>Evaluarea curentă a competențelor studenților se efectuează prin testare (orală și scrisă) cu ajutorul diferitor tipuri de itemi. Testele de evaluare formativă și sumativă se propun după asimilarea anumitor module din materia predată (în decursul și la sfârșitul semestrului). Evaluarea finală presupune susținerea unui examen.</p> <p>Nota finală este alcătuită din cumularea notei curente (30%), a celei pentru lucrul individual (30%) și a celei obținute la examenul de sfârșit de semestru $\times 0,4$.</p> <p>Conținutul examenului</p> <p>Evaluarea finală (examen) include 3 tipuri de subiecte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Întrebări privind aspectele esențiale ale culturii comunicării. 2. Redactarea și precizarea greșelilor de stil dintr-un text scurt propus. 3. Elaborarea unui text în stil oficial-administrativ sau publicistic. 	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota pentru evaluarea curentă</p> <p>Nota pentru lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>30%</p> <p>30%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe N. (coord.). Terminologia educației fizice și sportului. București: Editura Stadion, 1974. 432 p. 2. Bahnaru V., Druță I., Verebceanu G., Vieru L., Vlas M., Vulpe A. Ghid de exprimare corectă [on-line]. Chișinău: Ed. Profesional Service, 2014. 131 p. Disponibil: http://www.cca.md/files/ghid_de_exprimare_corecta_2014_6154042.pdf 3. Cantemir G., Timciuc S. Cultura vorbirii. O carte care te învață să vorbești și să scrii corect. Ediția a doua, revăzută și adăugită. Chișinău: Ed. Arc, 2017. 116 p. 4. Carnegie D. Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți influent, București: Editura Curtea Veche, 1997. 5. Ciornei A., Mirică A., Nedelcu M., Grigore D., Despa A., Plugaru R., Nechita E., Nicola D. Abilități antreprenoriale în turism [on-line]. Editura Fulger, 2016, p. 44-84. Disponibil: https://fliphtml5.com/steea/unpi/basic/51-100 6. Dicționar explicativ al limbii române. Ediția II. București: Univers Enciclopedic, 1998. <p>Dicționare și enciclopedii:</p> <ol style="list-style-type: none"> 7. Druță Inga. Magia cuvântului. Ediția a II-a [on-line]. Chișinău: Centrul Național de Terminologie, 2012. 123 p. Disponibil: http://cnt.md/media/files/files/magia_2012_def_3484859.pdf 8. Grimalschi T. (coord.). Dicționar sportiv școlar. Chișinău: Editura Lumina, 1993. 144 p. 9. Guțu V. Dicționar al greșelilor de limbă, Chișinău: Editura ART, 2001. 10. Luca A. Cultura comunicării și limbajul de specialitate. Note de curs pentru studenții Facultăților de Sport și de Pedagogie (pentru uzul studenților). [on-line]. Chișinău, 2013, 96 p. Disponibil: https://moodle.usefs.md/pluginfile.php/17180/mod_resource/content/1/note%20de%20curs%20EFS.pdf 11. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București: Editura Humanitas, 1999. 12. Mucchielli A. Arta de a influența, Iași: Editura Polirom, 2002. 13. Palii A. Cultura comunicării, Chișinău: Editura Epigraf, 2005. 14. Palii A. Dicționar de dificultăți și surprize ale limbii române. Chișinău: Ed. Epigraf, 2008. 248 p. 	

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">15. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași: Editura Polirom, 2004.16. Rădulescu I.Ș. Să vorbim, să scriem corect. Erori frecvente în limbajul cotidian, București: Editura Niculescu, 2002.17. Rotaru G., Câmpeanu-Sonea E., Ilieș M., Ilieș G. <i>Comunicare în turism</i>. Cluj Napoca: Editura Presa Universitară Clujeană, 2006.18. Sporturile. Enciclopedie pentru tineri. Trad. Pavelescu M.-D. București, 2001. |
|--|---|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Jocuri dinamice					
Titularul cursului		Bragarenco Nicolae					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O. 14	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	16	-	64	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Jocuri dinamice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina „Jocuri dinamice” prin obiectivele și conținuturile didactice programate prevede acumularea cunoștințelor teoretice, formarea deprinderilor motrice generale și utilitar-aplicative, însușirea metodicii predării jocurilor dinamice, precum și formarea deprinderilor profesional-organizatorice necesare pentru desfășurarea independentă a activităților recreativ-compensatorii.</p> <p>Curriculumul Jocuri Dinamice este elaborat în conformitate cu cerințele actuale ale învățământului formativ ce asigură realizarea obiectivelor educaționale și a conținuturilor didactice și, în ansamblu, contribuie la formarea competențelor profesionale în domeniul.</p> <p><i>Obiectivele generale ale disciplinei:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Facilitarea integrării sociale a personalității studentului prin crearea condițiilor favorabile pentru dezvoltarea și realizarea maximă a potențialului intelectual și creativ;• Dezvoltarea competențelor pedagogice și organizatorice pentru realizarea obiectivelor educaționale și recreative în activitățile cotidiene;• Valorificarea analitico-sintetică și implementarea pragmatică a cunoștințelor teoretico-practice prin tehnologii didactice moderne. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi de performanță profesională.</p> <p>Conținuturile curriculare vor contribui la realizarea obiectivelor-cadru și a celor</p>						

	<p>de referință ale planului de învățământ, fiind structurate în baza principiilor consecutivității și accesibilității.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a conținuturilor, în vederea formării competențelor specifice disciplinei și a celor profesionale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea aspectelor teoretice, metodice și aplicative ale jocurilor dinamice, în conexarea diferitor activități recreative, demonstrând atitudine și perseverență. • Practicarea jocurilor dinamice în diferite forme de organizare, demonstrând motivației de practicare continue și propagare sistematică a jocurilor dinamice în rândul generației în creștere. • Explorarea deprinderilor motrice și priceperilor organizatorico-pedagogice cu precădere din domeniul metodicii predării/organizării jocurilor dinamice în activități recreative, manifestând curiozitate și implicare. • Valorificarea culturii estetice și tactului pedagogic în activități de învățare și cotidiene, demonstrând calități specifice viitorului specialist din domeniul educației fizice și sportului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul activităților profesionale în corespundere cu necesitățile specifice domeniului; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul activităților de joc; • Autoevaluarea și autoaprecierea obiectivă în vederea formării profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii pe domeniul format. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ apariția și evoluția jocurilor dinamice; ▪ clasificarea și sistematizarea jocurilor dinamice; ▪ formele de practicare jocurilor dinamice pentru activități de recreere și compensatorii; ▪ organizarea și desfășurarea jocurilor dinamice specifice activității profesionale/ domeniului de formare. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ selecta, demonstra și arbitra jocuri dinamice în activitățile nonformale; ▪ aplica variante ale jocurilor dinamice în dependență de vârsta și sexul participanților; ▪ modela conținuturi didactice specifice jocurilor dinamice; ▪ implementa jocuri dinamice ca activități de învățare în dependență de conținuturile activităților recreative. ▪ organiza și desfășura starturi vesele. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine metode interactive și de joc în strategiile moderne de predare-organizare; ▪ să aplice metode eficiente de joc în activități recreative ale subiecților încadrați; ▪ să elaboreze proiecte la nivel global și secvențial, a scenariilor specifice activităților aplicând activități de joc; ▪ să respecte particularitățile specifice jocurilor. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI

	1	Originea și importanța socială a jocurilor dinamice. Caracterul fortificator și educativ.	6	2		4
	2	Bazele metodicii practicării jocurilor dinamice în cadrul activităților educaționale.	10	2	4	4
	3	Formele de organizare și practicare a jocurilor dinamice în sistemul educației fizice și sportului.	12	2	6	4
	4	Metodica organizării și desfășurării jocurilor dinamice.	16	2	10	4
	5	Practicarea jocurilor dinamice în programul zilei.	18	2	10	6
	6	Jocurilor dinamice programate și desfășurate în activitățile motrice nonformale.	18	2	10	6
	7	Jocurile dinamice ca mijloc și metodă de recreere .	20	2	12	6
	8	Jocuri dinamice și pregătitoare din diverse probe sportive.	20	2	12	6
	Total		120	16	64	40
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice cât și activitatea individuală a studentului. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, prezentarea practică, desfășurarea activităților prin joc etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ noninstrumentală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate prin alte discipline practice ale planului de învățământ.</p> <p>2. Evaluarea formativă care se efectuează sub forma de <i>prezentare și organizare a jocurilor dinamice cu colegii din grupă în lecțiile practice</i> a le cursului. și <i>activități individuale de proiectare a jocurilor în dependență de sarcina abordată</i>. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină în cadrul cursului. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea practică				20%	
	Nota lucrul individual				20%	

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Curriculum pentru învățământul primar</i>, aprobat la Consiliul Național pentru Curriculum, Ordinul Ministerului Educației, Culturii și Cercetării nr. 1124 din 20 iulie 2018. 2. Curriculum național. Aria curriculară <i>Sport</i>. Curriculum la disciplina <i>Educație fizică</i>, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019. 3. Ghidul de implementare a curriculumului la disciplina <i>Educație fizică</i>, clasele V-IX. Chișinău: MECC, 2019. 4. Badiu T., Ciorbă C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlărilor (metode și mijloace). Editura „Garuda Art”. – Chișinău, 1999. – 363 p. 5. Chicu V. Jocuri de mișcare pentru dezvoltarea capacităților coordinative. Chișinău: UASM, 2006. 103 p. 6. Ghimp A., Budevici-Puiu A. Teoria și metodică jocurilor dinamice. Manual pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 480 p. 7. Rață g., Rață C-tin B. Aptitudinile în activitatea motrică, Editura Edusoft, Bacău, 2006. 8. Stănescu M., Ciolcă C. și Urzeală C. Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Ed. Cartea Universitară, București, 2004. 9. Арсене И., Тэбырца В. Подвижные игры и эстафеты на уроках физической культуры. Кишинев: Valinex, 2013. 110 с. 10. Асеева И., «Играем в игры-минутки: 15 минут — это много!», Издательство: Сибирское университетское издательство, 2010, с. 192 11. Жуков М. Подвижные игры. М.: Академия, 2000. 158 с. 12. Левченко А. «Игры, которых не было: Сборник спортивно-подвижных игр», Издательство: Педагогическое общество России, 2007, с. 128. 13. Лепти Э. «Как прогнать скуку: Большая книга советов, больше 100 веселых игр, чтобы не скучать! Для детей от 8 лет», Издательство: Эксмо, 2013, с. 88 14. Рипол Ариэль, «55 лучших игр со всего света», Издательство: Пчелка, 2015, с. 128 15. Сборник «Большая книга игр», Издательство: Эксмо, 2014, с. 240 16. Утробина К.К. «Подвижные игры для детей 5-7 лет. Сценарии физкультурных занятий и развлечений в ДОУ», Издательство: ГНОМ, 2015, с. 35-56.
---------------------------------------	--



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Topografia și orientarea sportivă					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.02.O.15	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	65	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Topografia și orientare sportivă” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul disciplinar „Topografia și orientare sportivă” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a alcătui hărțile topografice, de a putea reprezenta relieful cu ajutorul curbelor de nivel și folosirea semnelor topografice, de a se orienta cu ajutorul busolei și a hărții topografice ș.a. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor turistice cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a orientării sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire la „orientarea sportivă”; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor moderne apărute în domeniul turismului (ex: „labirintul sportiv” – în proba de orientare sportivă); • Susținerea și promovarea organizării întrunirilor și măsurilor turistice; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor 						

	<p>comerciale și necomerciale din sfera turismului.</p> <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al turiștilor în corespundere cu tipul orientare practicat; • Aplicarea procedeeelor tehnice în corespundere cu specificul probei; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile și cercurile de orientare sportivă. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <p>⇒ să definească noțiunile principale ale disciplinei topografie și orientare sportivă (curbe de nivel, indicator de pantă, echidistanță, depresiune, curmătură, orientare sportivă);</p> <p>⇒ să identifice tipurile de hărți topografice și tipurile de busole folosite în orientare;</p> <p>⇒ să caracterizeze tipurile de orientare sportivă;</p> <p>⇒ să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor la orientarea sportivă;</p> <p>⇒ să identifice grupele de semne topografice;</p> <p>⇒ să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică orientarea sportivă.</p> <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>➤ să determine procedeele de măsurare a distanțelor în teren;</p> <p>➤ să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică orientarea sportivă;</p> <p>➤ să analizeze și să explice pregătirea topografică a sportivului;</p> <p>➤ să determine relieful unui teren și mijloacele de reprezentare a acestuia pe harta topografică;</p> <p>➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul competiții lor la orientarea sportivă.</p> <p>La nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura topografiei și orientării sportive; ▪ să îmbine topografia și orientarea sportivă în procesul de pregătire; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică orientarea sportivă; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Pregătirea topografică</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>2</p>	<p>Caracteristica generală a orientării sportive.</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>3</p>	<p>Tehnica orientării sportive</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>4</p>	<p>Tactica orientării sportive</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>5</p>	<p>Măsurarea distanțelor în teren și pe harta topografică</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>6</p>	<p>Pregătirea fizică și psihologică a sportivului ce practică orientarea sportivă</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>7</p>	<p>Particularitățile de organizare și desfășurare a competițiilor la orientarea sportivă</p>	<p>3</p>	<p>3</p>		
	<p>8</p>	<p>Elementele de topografie ale terenului</p>	<p>4</p>		<p>2</p>	<p>2</p>
	<p>9</p>	<p>Semnele convenționale ale hărților de orientare</p>	<p>4</p>		<p>2</p>	<p>2</p>
	<p>10</p>	<p>Crearea hărților sportive</p>	<p>5</p>		<p>3</p>	<p>2</p>
	<p>11</p>	<p>Programe informaționale pentru orientarea sportivă</p>	<p>4</p>		<p>2</p>	<p>2</p>

	12	Caracteristica generală a posturilor de control	2		2	
	13	Măsurarea distanțelor pe harta topografică	4		2	2
	14	Metode de apreciere a distanțelor în teren	4		2	2
	15	Deplasarea și orientarea cu ajutorul hărții și a busolei	8		6	2
	16	Aprecierea azimutului	8		6	2
	17	Orientarea cu harta	6		4	2
	18	Deplasarea cu ajutorul busolei	8		6	2
	19	Deplasarea în teren cu sprijin pe repere vizibile.	6		4	2
	20	Aprecierea părților orizontului fără mijloacele tehnice de orientare	4		2	2
	21	Procedee de apreciere a locului de stație	4		2	2
	22	Particularitățile de ocolire a obstacolelor naturale și artificiale	4		2	2
	23	Orientarea în labirintul sportiv	4		2	2
	24	Psihologia în orientarea sportivă	6		6	
	25	Pregătirea fizică în orientarea sportivă	4		2	2
	26	Caracteristica reperelor din teren	2		2	
	27	Procedee tehnico-tactice în orientarea sportivă	8		6	2
	Total		120	15	65	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Prelegerile/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții prelegeri sau practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), exerciții în teren etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale atât în spații închise cât și în cele deschise.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>					

	<p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Clubul de turism Muntenia. Mini ghid de orientare turistică. București: Institutul Poligrafic „Crișana”, 2005. 36 p. 2. Fogarolo D., Stryjak G. Course d'orientation au collège et au lycée. Collection: De l'initiation au perfectionnement. Paris: Éditeur Editions Revue E.P.S. 2001. p.64. 3. <u>Marc G.</u> Orientation, cartes et boussole: Guide d'enseignement. Quebec: Editeur Guérin, 2009, p. 18-24. 4. Onoi M. Aspecte ale pregătirii sportive a copiilor din ciclul gimnazial în cadrul secțiilor și cercurilor turistice din Republica Moldova. Congresul Științific Internațional „Sportul Olimpic și Sportul pentru Toți”, Ediția a XV-a 12-15 septembrie. Chișinău: USEFS, 2011, p. 525-529. 5. Soos G. Sportul orientării. Craiova: Editura Avrămenca, 1993, p. 23-47. 6. Stoica P., Stroe C. Turism montan și orientare. Craiova: Editura ACSA, 1994, p. 68-90. 7. Teodorescu V. Turism și orientare sportivă. București: Editura Fundației România de Măine, 1998, p. 82-133. 8. Алешин В. Карта в спортивном ориентировании. Воронеж: ВГУ, 2004, 171 с. 9. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с. 10. Дьяков А., Яговкин А. Спортивное ориентирование. Учебно-методическое пособие. Екатеринбург. ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. 20 с. 11. Казанцев С. Спортивное ориентирование. Физкультурно-спортивное совершенствование. Национальный гос. ун – т физ. культуры спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. СПб.: 2010, с. 8. 12. Ключникова Н. Техническая подготовка на учебных занятиях специализации «Спортивное ориентирование». Ульяновск: УлГТУ, 2004. 89 с. 13. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма. Учеб. пособие. Москва: Российская Международная Академия Туризма, 2009, с.151-197. 14. Рассел Д. Спортивное ориентирование. Москва: Издательство: Книга по Требованию, 2012. 78 с. 15. Секерин И., Шипицина О., Малозёмов О., Жданова Ю. Топография и ориентирование на местности. Екатеринбург, 2012. 16. Хропов С. Спортивный лабиринт. Методическое пособие. Москва, 2006, с. 9-75. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Tehnici de ghidaj turistic					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.02. O.16	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “ Tehnici de ghidaj turistic” este partea componentă a științelor prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului în aspect formativ, aplicativ și integrativ la facultatea de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul disciplinei Managementul excursiei este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință conținuturile referințe bibliografice de bază didactice în sfera antreprenoriatului turistic, în pregătirea cadrelor calificate, cu scopul sporii capacității de concurență în deservirea turiștilor locali și străini, pregătirea specialistului în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniu turismului (ghid).</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic aplicativ în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul servicii hoteliere, turism și agrement.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor și teoriilor sociale în organizarea și desfășurarea traseelor turistice;• Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor excursioniste;• Utilizarea metodologiilor de analiză și sinteză a itinerarelor excursioniste;• Proiectarea de strategii turistice în contexte locale, regionale, naționale și globale;• Susținerea, promovarea și comunicarea unor idei și valori turistice naționale;						

<p>cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul agențiilor turistice, care pune la dispoziția turiștilor spații de cazare și zone de agrement. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în context (receptarea, transmiterea, prelucrarea, și stocarea informațiilor în cursul de profil); Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă și folosirea tehnicilor de negociere, cooperare, colaborare, comunicare în activitățile de grup, utilizarea și implementarea diverselor colaborări cu cadre didactice și cu managerii instituțiilor de învățământ, studierea și informarea permanentă cu practici și teorii noi pe care să le implementeze în activitățile sale de viitori specialiști în domeniu. Autoevaluarea obiectivă pe parcursul activității profesionale cu scopul pregătirii viitorilor specialiști integrați pe piața națională a turismului. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> să definească, să reproducă, conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii turism (tur-operator, ghid turistic, agent de turism, excursant, drumeție, excursie, produs turistic, tur, circuit turistic, sejur, pachet turistic); să identifice deosebirile dintre tur-operator și tur-agent; să identifice funcțiile principale ale ghidului; să identifice criteriile diferitor feluri de deserviri și servicii excursioniste; să argumenteze strategiile de promovare a excursiilor; să identifice metodele psihologice ale tratativelor cu furnizorii; să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei, managementului excursionist; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> să analizeze, să generalizeze și să explice conținutul contractului cu clientul, conținutul portofoliului turistic; harta tehnologică; să determine rolul și funcțiile ghidului turistic; să alcătuiască o programă de servicii excursioniste, un itinerar, tur; să planifice rutele, itinerare turistice, programe de servicii excursioniste; să elaboreze proiecte de dezvoltare managerială în domeniul turismului; să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea ghidului turistic. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> să elaboreze obiective, strategii manageriale excursioniste în realizarea cadrului profesional în domeniul turismului; să explice esența și structura activității manageriale excursioniste; să comunice și să acționeze eficient la încheierea contractelor cu furnizorii de deservire, clasele comerciale și economice, formalitățile excursioniste; să analizeze circumstanțele tratativelor, metodele de realizare a hotărârilor posibile, „portretul” partenerului de afaceri; să respecte particularitățile și formalitățile turistice pe piața turistică națională. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Caracteristica noțiunilor fundamentale de ghidaj turistic excursionist</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>2</p>		<p>Principalele etape istorice de dezvoltare a managementul excursiei.</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>6</p>
<p>3</p>		<p>Specificul activității ghidului de turism.</p>	<p>9</p>	<p>2</p>	<p>3</p>	<p>4</p>
<p>4</p>		<p>Ghidul turistic și pregătirea lui profesională.</p>	<p>10</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>4</p>
<p>5</p>		<p>Organizarea și desfășurarea excursiei în turismul național și internațional.</p>	<p>12</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>6</p>
<p>6</p>		<p>Factorii de organizare a excursiei în plan național și internațional.</p>	<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>7.</p>		<p>Metodologia prezentării itinerarelor și</p>	<p>10</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>4</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		obiectivelor turistice.				
	8.	Cerințele prezentării ghidului turistic grupului de excursioniști.	9	1	4	4
	9.	Recomandări la pregătirea unei excursii noi.	8		2	6
	10.	Studierea traseelor excursioniste din cadrul firmelor turistice autohtone.	8		4	4
	11.	Metodele de organizare și desfășurare a excursiilor.	8		2	6
	12.	Procedeele metodice de organizare a excursiei.	6		4	2
	13.	Clasificarea excursiei.	4		2	2
	14.	Etapele în realizarea unei hărți tehnologice a excursiei..	8		4	4
	Total			120	15	45
sugestii metodologice de predare-învățare	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare a rezultatelor academice	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
1. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de						

<p>Referințe bibliografice</p>	<p>curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Postelnicu Gh. Introducere teoria și practica turismului. Cluj-Napoca, 1997. 3. Snak, O., Managementul serviciilor în turism, Academia Română de Management, București, 2014. 4. Stănculescu G. Tehnica operațiunilor de turism. București, 2008. 5. Vellas F. Turismul: tendințe și previzuni. București, 2009. 6. Гецевич Н. А. Основы экскурсоведения. МИНСК, 2012. 7. Гуляев В. Г. Организация туристической деятельности. Москва, 2016. 8. Емильянов Б. В. Экскурсоведение. 3т. Москва, 2014. 9. Ильина Е. Н. Туризм – путешествия. Москва, 1998. 10. Колотова Е. В. Рекреационное ресурсоведение Москва, 1998. 11. Омельченко Н.А. Экскурсионное общение Москва, 2011 12. Сапрунова В. Туризм, Эволюция, Структура. Москва, 1998.
---------------------------------------	---



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Organizarea și dirijarea întreprinderilor de turism sportiv și agrement					
Titularul cursului		Onoi Mihail/Borzin Irina					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F.03.O.17	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Organizarea și dirijarea întreprinderilor de turism sportiv și agrement” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a organiza și desfășura activitatea unei federații de profil, club, secție sau cerc de turism;• obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnologiei de elaborare a produselor noi în turismul sportiv și de agrement;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea teoretică și practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>In conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul practicii efectuate în cadrul întreprinderilor de turism sportiv și agrement; Elaborarea și gestionarea documentelor necesare întreprinderilor de turism sportiv și agrement (stații orașenești a tinerilor turiști, baze de odihnă, federații cu profil turistic etc.); Stabilirea mediului de marketing a întreprinderilor de turism sportiv și agrement; Proiectarea de strategii pentru dezvoltarea întreprinderilor de turism sportiv și agrement. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de organizare și dirijare a întreprinderilor de turism sportiv și agrement; Aplicarea tehnicilor de muncă în echipă, în cadrul întreprinderilor de turism sportiv și agrement, corespunzătoare diverselor paliere ierarhice; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> să cunoască, particularitățile industriei turistice și întreprinzătorii specifici ai acesteia; <input type="checkbox"/> să cunoască baza normativă care reglementează activitatea întreprinderilor de turism sportiv și agrement; <input type="checkbox"/> să caracterizeze strategiile de dezvoltare a întreprinderilor de turism sportiv și agrement; să identifice particularitățile cluburilor turistice sportive din țară; <input type="checkbox"/> să cunoască specificul pregătirii profesionale a managerului întreprinderilor de turism sportiv și agrement; <input type="checkbox"/> să caracterizeze documentele necesare întreprinderilor de turism sportiv și agrement (stații orașenești a tinerilor turiști, baze de odihnă, federații cu profil turistic etc.). <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să determine perspectivele de dezvoltare a întreprinderilor de turism sportiv și agrement din Republica Moldova; <input type="checkbox"/> să elaboreze un set de servicii pentru o „Călătorie turistică cu caracter sportiv și de agrement”; <input type="checkbox"/> să analizeze și să explice procesul de organizare și desfășurare a unei „Măsuri turistice de masă”; <input type="checkbox"/> să determine bazele tehnice și normative de asigurare a securității în sfera turismului sportiv și de agrement; <input type="checkbox"/> să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, on timpul practicii. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să explice esența activității întreprinderilor de turism sportiv și agrement; <input type="checkbox"/> să îmbine latura teoretică cu latura practică; <input type="checkbox"/> să elaboreze proiecte ce țin de activitatea întreprinderilor de turism sportiv și agrement; <input type="checkbox"/> să respecte cerințele de bază în asigurarea securității în timpul desfășurării activităților turistice sportive și de agrement.
	<p style="text-align: right;">Numărul de ore</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	L/P	LI
1	Industria turistică și agenții întreprinzători ai acesteia	4	2		2
2	Reglementarea activităților întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4	2		2
3	Tendențe de dezvoltare și reglementare a activității întreprinderilor de turism sportiv și agrement	6	2		4
4	Particularitățile cluburilor turistice sportive din țară	6	2		4
5	Structura și activitatea întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4	2		2
6	Particularitățile de organizare a activităților în taberele de odihnă.	6	2		4
7	Particularitățile formării și promovării tururilor sportive și de agrement	6	2		4
8	Mediul de marketing a întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4	2		2
9	Tehnologia de elaborare a produselor noi în turismul sportiv și de agrement	6	2		4
10	Pregătirea profesională a managerului întreprinderilor de turism sportiv și agrement	6	2		4
11	Relațiile manager-subordonați în cadrul întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4	2		2
12	Performanța financiară a întreprinderilor de turism sportiv și agrement	5	2		3
13	Strategia de dezvoltare a întreprinderilor de turism sportiv și agrement. Revizuirea dezvoltării regionale a turismului sportiv și a programelor turistice de agrement	6	2		4
14	Controlul în cadrul întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4	2		2
15	Accidentele și prevenirea lor în cadrul activităților turistice sportive și de agrement	4	2		2
16	Caracteristica generală a turismului sportiv și de agrement în Republica Moldova	3		2	1
17	Caracteristici de reglementare a turismului sportiv și întreprinderilor de agrement la nivel regional și municipal	4		2	2
18	Bazele normativ-juridice de gestionare a întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4		2	2
19	Structura și caracteristicile pieței turismului sportiv și de agrement a Republicii Moldova	6		4	2
20	Mixul de marketing a întreprinderilor de turism sportiv și de agrement	6		4	2
21	Principalele componente și factorii care afectează proiectarea produsului turistic sportiv și de agrement	4		2	2
22	Calitatea produselor turistice sportive și	4		2	2

	de agrement				
23	Tehnologia de elaborare a serviciilor pentru o „Călătorie turistică cu caracter sportiv și de agrement”	8		6	2
24	Particularitățile de elaborare, organizare și desfășurare a unei „Măsuri turistice de masă”	4		2	2
25	Activitatea excursionistă a întreprinderilor de turism sportiv și agrement.	4		2	2
26	Bazele organizatorice-metodice de proiectare a serviciilor turistice pentru „tabăra de odihnă și tabăra cu corturi).	6		4	2
27	Perspectivile dezvoltării turismului social pe baza cluburilor turistice sportive și întreprinderilor de agrement	4		2	2
28	Caracteristicile potențialului turistic sportiv al Republicii Moldova, condițiile pentru crearea de destinații turistice pentru turismul sportiv și de agrement	4		2	2
29	Caracteristici specifice ale turismului sportiv și de agrement în diverse zone ale Republicii Moldova	4		2	2
30	Planificarea afacerilor în sistemul de formare și promovare a produs turistic sportiv și de agrement	6		4	2
31	Gestionarea strategică a întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4		2	2
32	Organizarea și desfășurarea întrunirilor de afaceri cu alte organizații de turism sportiv și agrement	4		2	2
33	Direcțiile de activitate sportivă a întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4		2	2
34	Documentația necesară activității întreprinderilor de turism sportiv și agrement	6		4	2
35	Dezvoltarea a noi forme de organizare și dirijare a întreprinderilor de turism sportiv și agrement	4		2	2
36	Eficiența managementului în întreprinderile de turism sportiv	4		2	2
37	Bazele tehnice și normative de asigurare a securității în sfera turismului sportiv și de agrement	4		2	2
38	Asigurarea securității în timpul desfășurării activităților turistice sportive și de agrement	4		2	2
Total		180	30	60	90
Strategii de predare&	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p>				

învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Băltărețu M. Economia industriei turistice. București: Editura Universitară, 2016. 294 p. 2. Dragoi C. Turism și activități sportive în spațiul montan. București: Editura Edusoft, 2006. 276 p. 3. Ielenicz M., Cormănescu L. Turism. Teorie și metodologie. București: Editura Universitară, 2013. 249 p. 4. Rusu S. Antreprenoriatul în turism și industria ospitalității. București: Editura C.H.Beck, 2014. 288 p. 5. Адельсеитова Э., Абдураимова Э. Стратегическое управление предприятиями индустрии туризма. Культура народов. Причерноморья, 2012. №235, с.7-8. 6. Бгатов А. Безопасность в туризме. Учебное пособие. Издательство: Форум, 2019 г. 175 с. ISBN: 978-5-00091-655-1. 7. Веткин В. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 208 с. 8. Волошин Н. Правовое регулирование в туризме: учебник. – 3-е изд., и спр. и доп. Москва: Советский спорт, 2014. 504 с. 9. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с. 10. Грицак Ю. Организация самодельного туризма. Учебное пособие для студентов специальности «туризм». Харьков: Экограф, 2008. 164 с. 11. Дурович А., Кабушкин Н., Сергеева Т. Организация туризма. Учебное пособие. Минск: Новое знание, 2003. 632 с. 12. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного 	

туризма: Учебное пособие. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2009. 392 с.

13. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие. Москва: ЦДЮТМК МО РФ, 2009.

14. Косолапов Е.: Практикум по организации и менеджменту туризма и гостиничного хозяйства. Учебное пособие. Издательство: Кнорус, 2019 г. ISBN: 978-5-406-06922-6. 200 с.

15. Кружалин В., Шабалина Н., Новиков В., Аигина Е. Технологии управления и саморегулирования в сфере туризма. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 328 с.

16. Макеева В., Бойко В. Теория и методика физической рекреации. Учебное пособие. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 152 с.

17. Максимов Л. Спортивный горный туризм. Москва, 2011. 708 с.

18. Поликарпов В. Методическая разработка внеклассного мероприятия по курсу ОБЖ. «Школьный туристический слет», Липецк, 2007.

19. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 424 с.

20. Чудновский А., Королев Н., Гаврилова Е., Жукова М., Зайцева Н. Менеджмент туризма. Учебник. Москва: Федеральное агентство по туризму, 2014. 576 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Tehnici operaționale de turism					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O. 18	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	45	-	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „<i>Tehnici operaționale de turism</i>” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților ciclul I, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului în aspect formativ, aplicativ și integrativ la catedra Natație și Turism, Universitatea de Stat de Educație fizică și Sport .</p> <p>Transformările profunde ce au loc în societatea contemporană, impun noi rigori și obiective instituției superioare de învățământ. Astfel Curriculumul disciplinei „<i>Tehnici operaționale de turism</i>” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile referințe bibliografice de bază didactice în sfera antreprenorialului turistic, în pregătirea cadrelor calificate, cu scopul sporii capacității de concurență în deservirea turiștilor locali și străini, pregătirea specialistului în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniu, servicii hoteliere, turism și agrement</p> <p>Sarcina tehnologia operațiunilor de turism este de-a organiza deservirea la un nivel înalt a turiștilor, care dispun de serviciile firmelor și a rețelelor de agenții turistice, abordarea complexă a elaborării programelor de deservire a turiștilor locali și străini.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic aplicativ în vederea formării profesionale.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul turismului;• Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor pe arena						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>internațională și națională în industria turismului;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de analiză a peții turistice; • Proiectarea strategiilor manageriale în contexte locale, regionale, naționale și globale; • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori sociale în domeniul turismului; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul turismului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalilor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale turismului • Disciplina „ <i>Tehnici operaționale de turism</i>” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul turismului. • Aplicarea modalității de întocmire a contractelor în sfera comercializării produselor turistice. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței turistice. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească, să reproducă, conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii turism (tur-operator, agent de turism, turist, produs turistic, tur, circuit turistic, sejur, pachet turistic, tur-operatori inițiativi, receptivi,); - să identifice deosebiriile dintre tur-operator și tur-agent; - să identifice funcțiile principale ale tur-operatorului; - să identifice criteriile diferitor feluri de deserviri și servicii turistice; - să argumenteze strategiile de promovare a produsului turistic; - să identifice cele 9 metode psihologice ale tratativilor cu furnizorii; - să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice conținutul contractului cu clientul, conținutul foi turistice; vaucer; harta tehnologică; - să determine rolul și funcțiile tur-operatorului și agentului turistic; - să alcătuiască o programă de servicii turistice, un itinerar, tur; - să planifice rutele, itinerare turistice, programe de servicii; - să elaboreze proiecte de dezvoltare managerială în domeniul turismului; - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea tur-operatorului. <p align="center">La nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul turismului; - să explice esența și structura activității turistice; - să comunice și să acționeze eficient la încheierea contractelor cu furnizorii de deservire, clasele comerciale și economice, formalitățile turistice; - să analizeze circumstanțele tratativilor, metodele de realizare a hotărârilor posibile, „portretul” partenerului de afaceri; - să respecte particularitățile și formalitățile turistice pe piața turistică națională și internațională. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
1		Considerații generale tehnice privind operațiunile de turism	10	2	2	6
2		Tendințe în operațiunile de turism intern și internațional	14	2	2	10
3		Structura produsului turistic, pachetul turistic	14	2	4	8
4		Clasele de deservire	12	2	4	6

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	5	Circulația turistică	16	2	6	8	
	6	Încheierea contractelor cu furnizorii serviciilor turistice	14	2	2	10	
	7	Soluționarea conflictelor, agentului turistic sau ale turistului.	15	2	4	9	
	8	Promovarea produsului turistic rețelele de desfacere	16	2	4	10	
	9	Calitatea servirii și metodele ei de reglarea conflictelor agentului turistic sau ale turistului.	14	2	4	8	
	10	Cataloagele operatorului turistic ca sursă principale de informație	12	2	2	8	
	11	Documentele turistice	14	2	2	10	
	12	Formalitățile turistice	8	2	2	4	
	13	Metodele de reclamă, publicitate, expoziții, simpozioane.	8	2	2	4	
	14	Furnizorii turistici	9	2	3	4	
	15	Asigurarea și protejarea turistului	8	2	2	4	
	Total			150	30	45	75
	sugestii metodologice de predare-învățare	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	Strategii de evaluare a rezultatelor academice	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
	Stabilirea notei finale	Nota finală				100%	
Nota pentru evaluarea finală				40%			

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Aubrey C. Daniels. Managementul performanței: strategii de obținere a rezultatelor maxime de la angajați. Iași: Polirom, 2007. p.17.</p> <p>2. Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009.</p> <p>3. Dragnea L., Copețchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSON, 2012.p. 98.</p> <p>4. Mindrigan V., Berzan S., Onoi M. Marketingul turistic (note de curs) Chișinău: Editura USEFS, 2012. 190 p.</p> <p>5. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p.</p> <p>6. Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2010.p. 32</p> <p>7. Stănciulescu G. Managementul agenției de turism. București: Editura ASE, 2013.p.217.</p> <p>8. Stănciulescu G., Marin-Petelescu A. Tehnica operațiunilor de turism-studii de caz și probleme. București: Editura ASE, 2008.p.189.</p> <p>9. Stănciulescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83.</p> <p>10.Stănciulescu G., OlimpiaState. Tehnica operațiunilor de turism intern și internațional. București: Editura C. H. Beck, 2013.p.425..</p> <p>11.Зорин В. Профессиональное образование и карьера в туризме. Москва: Советский Спорт, 2005, с. 1-112,161.</p> <p>12.Ильина Е. Туроперейтинг: Организация деятельности. - Москва: Финансы и статистика, 2011.</p> <p>13.Косолапов А. Менеджмент в туристской фирме. - Москва: КНОРУС, 2007.с.104.</p> <p>14.Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2010.</p> <p>15.Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. с.45.</p> <p>16.Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014.с. 237.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT						
Denumirea cursului		Managementul ospitalității în turism						
Titularul cursului		Spataru Tatiana						
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.03.O.19	Anul	II	Semestrul	III	
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.	
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90	
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F	
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)						
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI		
		90	15	-	30	45		
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Managementul ospitalității în turism” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ. Utilizând și aplicând metodele de analiză și evaluare a tehnologiilor de ospitalitate în cadrul structurilor de cazare naționale și internaționale. Folosește tehnologiile moderne în cadrul întreprinderilor din industria ospitalității. Aplică transferarea și combinarea cunoștințelor privind tehnologia serviciilor de ospitalitate în cadrul agențiilor de turism.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i> USFFS.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>							
		Competențe profesionale:						
		• Aplicarea fundamentelor teoretice privind managementul ospitalității în						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>turism;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea unor noi servicii de ospitalitate pentru o pensiune sau agropensiune din mediul rural autohton; • Crearea condițiilor necesare pentru asigurarea managementul ospitalității în turism în cadrul întreprinderilor turistice (structuri de cazare, alimentație, transport etc.); • Susținerea activității întreprinderilor din industria ospitalității; • Asigurarea ospitalității în serviciile prestate în cadrul întreprinderilor turistice. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Soluționarea situațiilor legate de aspectele de asigurare a ospitalității în cadrul întreprinderilor turistice; • Utilizarea unui management modern în tehnologia serviciilor de ospitalitate; • Gestionarea propriilor activități în procesul de oferire a serviciilor turistice pentru asigurarea ospitalității. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „managementul ospitalității în turism” (ospitalitate, identitate corporativă, servicii etc.); ➤ să cunoască aspectele managementul ospitalității în turism în cadrul diferitor întreprinderi turistice; ➤ să identifice specificul serviciilor de ospitalitate din mediul urban față de cele din mediul rural; ➤ să identifice asociațiile din cadrul industriei ospitalității la nivel național și internațional; ➤ să cunoască particularitățile serviciilor de ospitalitate în turismul rural; ➤ să cunoască care sunt caracteristicile serviciilor de transport în industria ospitalității. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine rolul serviciilor în industria ospitalității; ➤ să analizeze situații reale privind ospitalitatea în cadrul industriei turistice; ➤ să determine factorii care conduc la dezvoltarea industriei ospitalității; ➤ în timpul practicii de specialitate să aplice cunoștințele acumulate. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să diferențieze aspectele managementul ospitalității în dependență de tipul întreprinderii în care va activa sau va efectua practica de specialitate; ➤ să aplice aspectele tehnologia și serviciul de ospitalitate în cadrul hotelurilor automatizate; ➤ să poată recunoaște care sunt rolurile informaționale ale industriei ospitalității; ➤ să aplice regulile de bază în cadrul industriei ospitalității. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1.	Industria ospitalității	4	2		2
	2.	Conexiuni între industria ospitalității și turism	3	2		1
	3.	Clasificarea și dimensiunile industriei ospitalității	4	2		2
	4.	Managementul ospitalității	8	2	2	4
	5.	Marketingul ospitalității în industria turistică	4	2		2
	6.	Antreprenoriatul și industria ospitalității. Micele afaceri de familie	8	2	2	4
	7.	Tehnologia de ospitalitate a agențiilor de turism	6	2	2	2
	8.	Ospitalitatea componentă de bază a sferei serviciilor turistice	7	1	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	9.	Identitatea corporativă în cadrul serviciilor de ospitalitate turistică	4		2	2
	10.	Antreprenoriatul în industria ospitalității din mediul rural	6		4	2
	11.	Antreprenoriatul în cadrul hotelurilor, motelurilor și restaurantelor	8		4	4
	12.	Tehnologia informației în industria ospitalității	6		4	2
	13.	Servicii de ospitalitate și catering	6		4	2
	14.	Piața serviciilor de ospitalitate din Republica Moldova	6		4	2
	Total		90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz privind tehnologia serviciilor de ospitalitate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. RUSU, S. Antreprenariat în turism și industria ospitalității. București: Editura C.H. Beck, 2014. 275 p. ISBN 978-606-18-0364-4.</p> <p>2. STAVROSITU, S. Managementul calității serviciilor și ospitalitatea în restaurante, gastronomie, hoteluri. Editura Polirom, 2014. 584 p. ISBN 978-973-46-</p>					

4052-2.

3. АРТЁМОВА, Е.Н. Основы гостеприимства и туризма: учебное пособие. Орёл: Орёл-ГТУ, 2005. 104 с.

4. БАРЫШЕВ, А. Ф. Маркетинг в туризме и гостеприимстве [Электронный ресурс]: учеб. пособие для студентов. Москва : Финансы и статистика, 2014. 158 с.

5. БУРЕНКОВА, Е.В., ЖИВОТОВА, Ж.В. КАРПОВА., И.М. Основы гостеприимства в сельском туризме»: метод. реком. Москва: ФГБНУ «Росинформагротех», 2017. 64 с. ISBN 978-5-7367-1203-8.

6. ЕЛКАНОВА, Д. И. Основы индустрии гостеприимства. ИЗДАТЕЛЬ: LitRes, 2021. 393 с. ISBN: 9785457267190.

7. ПЛАТОНОВА, Н. А. [и др.] Гостиничный менеджмент: учеб. Пособие. 3-е изд., перераб.; Гриф УМО РФ. Москва: Кнорус, 2019. 432 с.

8. УОКЕР, Д. Введение в гостеприимство: учебное пособие. Москва: Юнити, 2015. 735 с. ISBN: 978-5-238-01392-3.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea de Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>					
Denumirea cursului		Psihodiagnostica în sfera turismului					
Titularul cursului		Grosu Maria					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F.03.O.20	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limbă de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Psihodiagnostica în sfera turismului” este concepută pentru a oferi colectarea de informații despre caracteristicile psihicului uman în activitățile turistice. Este definită ca o disciplină psihologică care dezvoltă metode de identificare și studiere a caracteristicilor individuale psihologice și psihofiziologice ale grupurilor de turiști. În cadrul acestei discipline, după o incursiune în istoria și problemele generale ale psihodiagnosticului, ne vom referi în mod special la specificul psihodiagnozei inteligenței, aptitudinilor, personalității și relațiilor interpersonale. În acest context, o atenție deosebită se va acorda analizei principalelor tipologii ale metodelor psihodiagnostice (teste, chestionare, tehnici proiective), precum și rigorilor, valorilor și limitelor acestora.</p> <p>Constituie partea componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului privind psihodiagnostica în sfera turistică presupunestăpânirea sistemului de concepte de bază ale psihodiagnosticului, familiarizarea cu istoria formării teoriei și practicii, cerințele pentru instrumentele de psihodiagnostică în serviciile publice, dezvoltarea unui sistem de cunoștințe și deprinderi pentru construirea și implementarea corectă a unui studiu de psihodiagnostic în sfera turismului;• obiective cadru ale învățământului turistic presupun familiarizarea studenților						

	<p>cu istoria și starea modernă a psihodiagnosticului și, de asemenea, le permite să stăpânească abilitățile practice de bază și anume abilitățile de a face un diagnostic psihologic turiștilor, de a scrie o opinie de psihodiagnostic, de a dezvolta și de a adapta instrumente de psihodiagnostic, de a respecta standardele etice de psihodiagnostic și stabilirea contactului în situații de cercetare și sondaj;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru presupun obținerea de cunoștințe despre principiile metodologice, teoretice și specific-metodologice de construire a instrumentelor de psihodiagnostic și de formulare a concluziilor, abilități de utilizare profesională a instrumentelor de psihodiagnostic; <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea noțiunilor specifice psihodiagnosticii în sfera turismului; • Utilizarea conceptelor specifice psihodiagnosticii în sfera turismului pentru organizarea demersurilor de cunoaștere și explicare a unor fapte, evenimente, procese din viața și activitatea turistică; • Identificarea legăturilor între mecanismele psihice în activitatea turistică; • Interpretarea comportamentului turistului în desfășurarea practicării turismului, prin analiza proceselor psihice implicate în realizarea lui; • Analiza proceselor cognitiv-afective și educaționale ale turiștilor în activitățile turistice, comportamentul acestora precum și descrierea manifestării motrice a turistului în contextul activităților turistice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Recunoașterea diferențelor individuale în construirea și manifestarea vieții psihice a turiștilor în mediul natural; • Interpretarea factorilor mentali ce influențează participarea în cadrul activităților turistice; • Deducerea unor fenomene psihosociologice ce apar în dinamica grupurilor de turiști; • Familiarizarea cu conceptul de stare psihică din perspectiva disciplinei psihodiagnoza în sfera turismului; • Înțelegerea importanței reglării și autoreglării stărilor psihice pentru activitatea turistică; • Familiarizarea cu formarea deprinderilor psihice în cazul sportivilor.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să-și formeze o concepție științifică despre personalitatea umană; • Să cunoască structura, dinamica și mecanismele sistemului psihic uman, care contribuie la obținerea succesului în domeniul turismului; • Să înțeleagă motivația și incitațiile care-i îndeamnă pe turiști să practice diverse forme de turism; • Să cunoască mecanismele și modalitățile de dezvoltare personală. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p>

- Să determine caracteristicile psihologice ale activității turistice;
- Să descrie dezvoltarea istorică a disciplinei cu referiri la aspectele practice ale psihologiei sportului;
- Să cunoască studiile cele mai importante din domeniu și oamenii de știință care au marcat evoluția psihodiagnosticii în sfera turismului;
- Să evalueze abilitățile psihologice ale unui turist;
- Să descrie modalități de intervenție psihologică care au ca scop creșterea eficienței performanței turistice.

La nivel de integrare:

- Să descrie, analiza și interpretarea turismului ca mijloc de comunicare și integrare pentru diversele categorii de persoane;
- Să evalueze tipurile de relații existente între grupurile de turiști, între acestea și liderii lor, formali sau informali;
- Să analizeze asimilarea unor principii și reguli de comunicare fundamentale;
- Să respecte dobândirea unor deprinderi de comunicare specifice domeniului de activitate turistică.

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	Seminar	LI
1	Noțiuni generale despre psihologiei	4	2		2
2	Introducere în studiul psihologiei turismului	4	2		2
3	Importanța studierii psihologiei în serviciile publice	6	2		4
4	Rolul proceselor psihice în industria turistică	4	2		2
5	Elemente de psihologie în turism	6	2		4
6	Temperamentul în aspectul și comportamentul grupului de turiști	4	2		2
7	Rolul proceselor psihice implicate în industria turistică	5	2		3
8	Bariere psihologice cu care se confruntă turiștii în realizarea turismului pedestru, montan, nautic	5	1	2	2
9	Pregătirea psihologică a instructorilor în turismul sportiv	6		4	2
10	Aspecte psihologice ale motivației turistice	6		2	4
11	Importanța psihologică în condiții extreme	6		4	2
12	Psihologia comportamentului în situații extreme în turismul sportiv	4		2	2
13	Pregătirea psihologică a instructorilor în turismul sportiv	8		4	4
14	Psihologia și comportamentul turiștilor	4		2	2
15	Tactici psihologice de ghidare a unui grup turistic	6		4	2
16	Factorii psihologici în procesul de vânzare a unui produs turistic	8		4	4
17	Aspecte psihologice în timpul comunicării cu clienții în sfera turismului	4		2	2
Total		90	15	30	45

Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat

Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz privind psihodiagnostica în sfera turismului</p>											
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Notafinală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Notafinală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Notafinală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Craciun, M. Psihologie Educațională, curs pentru studenții Facultății de Educație Fizică și Sport , Editura Risoprint, Cluj-Napoca, 2005. Enăchescu, C. Tratat de psihanaliză și psihoterapie, Editura Polirom Iași, 2003. Lungu V. Psihodiagnostic. Ghid pentru studenți, 2014. Attkinson, R.L., Attkinson, R.C. et.all. Introducere în psihologie, 2002. Dafinoiu, I. Personalitatea, Iasi, Polirom, 2002. Epuran M. Modelarea conduitei sportive. Editura Sport-Turism, București 2007. Dafinoiu, I. Elemente de Psihoterapie Integrativă, 2007. Abric, J.C.Psihologia comunicării. Editura Polirom, Iași, 2002. Epuran, M. Holdevici, I. Tonita, F. Psihologia Sportului de performanță - teorie și practică. Editura FEST, București, 2001. Mureșan, A. Cunoașterea și conducerea grupurilor sociale. Aplicații în activitatea sportivă, Editura Accent, Cluj, 2005. Savca L. Psihologie Manual pentru licee. Editura Lumina, 2021. Crețu, T. Psihologia educației, Editura Credis, București, 2004. 											



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Marketingul turistic					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.03.O.21	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Marketing turistic” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <p>obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a analiza, implementa și prognoza anumite activități turistice reieșind din evoluția peții turistice naționale și internaționale;</p> <ul style="list-style-type: none">▪ obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea consumatorului pieței turistice, specificul concurenței pe piața turistică, tipurile de strategii de marketing;▪ obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea teoretică și practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea</p>						

	<p>atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul practicii de inițiere și tehnologice realizate în diverse întreprinderi turistice (agenții de turism, structuri de cazare, alimentație sau transport); Stabilirea prețurilor la produsele turistice în conformitate cu specificul pieței turistice naționale și internaționale; Elaborarea planificării strategice de marketing în baza activității întreprinderii turistice în care a fost efectuată practica; Proiectarea unor produse turistice atrăgătoare, capabile de a îngloba toate etapele ciclului de viață a produsului turistic; Susținerea și promovarea imaginii turistice a țării în plan național și internațional; Asigurarea unui climat eficient a departamentului de marketing în cadrul agențiilor de turism și structurilor de cazare. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe pe piața turistică a Republicii Moldova; Delimitarea factorilor care influențează comportamentul consumatorului de servicii turistice; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul (în special marketingul turistic).
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> să definească noțiunile principale ale disciplinei Marketing turistic (turism, marketing turistic, evaluare și control, oferta turistică, prestații turistice, produs turistic, piață turistică ș.a.); <input type="checkbox"/> să definească noțiunea de piață turistică; <input type="checkbox"/> să cunoască politica produsului turistic, a prețurilor și cea de distribuție; <input type="checkbox"/> să identifice specificul organizării activității de marketing; <input type="checkbox"/> să aprecieze comportamentul consumatorului în momentul procurării produsului turistic; <input type="checkbox"/> să cunoască cum se efectuează planificarea strategică de marketing în sfera turismului. <input type="checkbox"/> să cunoască structura pieței turistice și a produsului turistic. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să determine rolul produselor turistice pe piața turistică; <input type="checkbox"/> să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; <input type="checkbox"/> să determine care sunt pricinile ce duc la crizele sau surplusul de produse pe piața turistică; <input type="checkbox"/> să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul exercitării unei funcții în sfera turistică sau în timpul practicii manageriale. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să țină seama de particularitățile fiecărui produs turistic și integrarea acestuia pe piață; <input type="checkbox"/> să cunoască care sunt particularitățile pieței turistice din Republica Moldova și celei internaționale; <input type="checkbox"/> să poată găsi legăturile dintre producător (tur-operator), realizator (agentul de turism) și consumator (turistul) și rolul fiecăruia pe piața turistică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Esența, conținutul și noțiunile principale ale marketingului turistic	4	2		2
	2	Marketingul produsului turistic	4	2		2
	3	Marketingul pieței turistice	4	2		2
	4	Mediul de marketing al organizației turistice	4	2		2
	5	Strategia de marketing a consumatorilor serviciilor turistice	4	2		2
	6	Cercetarea de marketing a concurenților în cadrul industriei turistice	4	2		2
	7	Strategii de stabilire a prețului la produsele turistice	4	2		2
	8	Metode de stabilire a prețurilor și tarifelor în domeniul activității turistice	4	2		2
	9	Politica de distribuție în turism	4	2		2
	10	Strategia de marketing - instrument în activitatea turistică	4	2		2
	11	Politica de comunicație în turism	4	2		2
	12	Conținutul activității promoționale în activitatea turistică	4	2		2
	13	Planificarea strategică de marketing	4	2		2
	14	Destinația turistică și locul ei în demersul de marketing	4	2		2
	15	Evaluarea și controlul activității de marketing	4	2		2
	16	Marketingului turistic la nivel național	4		2	2
	17	Ciclul de viață al produsului turistic	4		2	2
	18	Determinarea volumului pe piața turistică	4		2	2
	19	Caracteristica procesului decizional în procurarea serviciilor turistice	4		2	2
	20	Mediul de concurență al firmelor turistice	4		2	2
	21	Strategia prețurilor la produsele turistice	4		2	2
	22	Particularitățile planului de marketing în industria turistică	4		2	2
	23	Strategia de dezvoltare a turismului „Turism 2020”	4		2	2
	24	Tehnologiile de marketing în industria turistică	4		2	2
	25	Asigurarea informațională a marketingului în turism	4		2	2
	26	Promovarea destinațiilor turistice	4		2	2
	27	Segmentarea consumatorilor de servicii turistice	4		2	2
	28	Elaborarea marketingului-mix pentru industria hotelieră și turism	4		2	2
	29	Elaborarea programului de marketing	4		2	2
	30	Controlul activității de marketing în cadrul industriei hoteliere și turism	4		2	2
		Total	120	30	30	60
Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul, seminarul</i> . Cursul este organizat sub						

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>formă de <i>prelegere clasică, dezbateri</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată</i>.</p> <p>Seminarul, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studii de caz, diferite <i>activități frontale, activități de grup, activități individuale</i>.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare) cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind marketingul produsului turistic și a altor aspecte ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Balaure V., (coord.) Marketing. București: Editura Uranus, 2005. 470 p. 2. Balaure V., (coord.) Marketing. Teste-grilă. Ediția IV-a revăzută și adăugită. București: Editura Uranus, 2012. 510 p. 3. Ionașcu V., Pavel C. Marketing-teste grilă. Editura universitară, 2010. 159 p. 4. Ispas A., Candrea A.N. Marketing turistic. Aspecte teoretice, Teste, Grilă și Studii de caz. Brașov: Editura Universității, 2016. 276p. 5. Neagoe C. Comunicarea în marketing relațional. Teorie și practică. Editura universitară, 2012. 254 p. 6. Onoi M., Mindrigan V., Berzan S. Marketing turistic. Chișinău: USEFS, Prag 3, 2012. 7. Stăncioiu F. Planificarea de marketing în turism. Concepte și aplicații. București, 2005. 168 p. 8. Stăncioiu F. Strategii de marketing în turism, ediția a doua revizuită și adăugită. București, 2004. 256 p. 9. Zaharia V. Marketing turistic. Note de curs. Editura universitară, 2016. 86 p. 10. Zaharia V., Dogaru M. Marketing. Sinteze și aplicații practice. Editura 	

universitară, 2013. 178 p.

11. Абазян А., Горбачева Д., Секисов А. Маркетинг туристской индустрии. Краснодар: КГУКИ, 2015. 118 с.

12. Безрутенко Ю. Маркетинг в социально-культурном сервисе и туризме. Москва: Дашков и Ко, 2010. 164 с.

13. Гончарова И., Розанова Т., Морозов М., Морозова Н. Маркетинг туризма: учебное пособие. Москва: Федеральное агентство по туризму, 2014. 224 с.

14. Дашкова Т. Маркетинг в туристическом бизнесе. Учебное пособие. Москва: Издательско-торговая корпорация «Дашков и Ко», 2010. 72 с.

15. Дурович А. Маркетинговые исследования в туризме. Учебное пособие. СПб.: Питер, 2008. 384 с.

16. Котлер Ф. Основы маркетинга. 5-е изд. Москва: Вильямс, 2016. 752 с.

17. Лисевич А., Лунтова Е. Маркетинг в туристской индустрии. Учебное пособие для бакалавров. Москва: Дашков и Ко, 2015. 176 с.

18. Христофорова И. Маркетинг в туристской индустрии: учеб. пособие для студ. учреждений высш. проф. образования. Москва: Издательский центр «Академия», 2012. 208 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Teoria și metodică turismului sportiv					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.03.O.22	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	-	45	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria și metodică turismului sportiv” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a organiza marșuri turistice sportive și tururi sportiv-comerciale, a pregăti sportivi în domeniul turismului sportiv care să pună accent pe toate tipurile de pregătire: fizică, tehnică tactică, psihologică și integrată;<input type="checkbox"/> obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea particularităților tururilor sportiv-comerciale, care în contextul actual sunt în creștere, în mod special în interiorul țării;<input type="checkbox"/> obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematice.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua</p>						

	<p>abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea marșurilor turistice sportive și a tururilor sportiv-comerciale; Gestionarea informațiilor cu privire la organizarea și dirijarea federației de turism sportiv; Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a sportivilor care practică turismul sportiv; Proiectarea unor antrenamente la diverse tipuri a turismului sportiv; Susținerea și promovarea organizării activităților turistice sportive în cadrul taberelor de odihnă pentru copii; Asigurarea securității turiștilor în condiții naturale. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului la diverse tipuri de turism sportiv; Aplicarea procedurilor tehnice și tactice în corespundere cu specificul tipului de turism sportiv; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul sportiv (aspecte esențiale în pregătirea cadrelor în domeniul turismului sportiv).
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să definească noțiunile principale ale disciplinei teoria și metodică turismului sportiv (turism pedestru, tehnica și tactica turismului sportiv, tururi sportiv-comerciale); <input type="checkbox"/> să identifice particularitățile de organizare și dirijare a turismului sportiv; <input type="checkbox"/> să caracterizeze obiectivele principale ale pregătirii turiștilor care practică turismul sportiv; <input type="checkbox"/> să identifice etapele de organizare și desfășurare a antrenamentelor la turismul sportiv; <input type="checkbox"/> să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice de scurtă și lungă durată. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine rolul și funcțiile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice de scurtă și lungă durată; ➤ să elaboreze un plan de pregătire a turiștilor la turismul sportiv în primul an de pregătire; ➤ să elaboreze un plan calendaristic de desfășurare a competițiilor la turismul sportiv reieșind din condițiile climaterice a Republicii Moldova; ➤ să analizeze și să explice conținutul pregătirii sportivilor în turismul sportiv; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de inițiere și tehnologice în cadrul întreprinderilor din domeniul turismului sportiv. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice sportive pe care le va desfășura; ➤ să explice esența și să descrie conținutul turismului sportiv; ➤ să acționeze eficient în cazurile în care este necesar asigurarea securității turiștilor în condiții naturale; ➤ să respecte particularitățile fiecărui tip de turism sportiv atunci când

amenajează spațiul pentru desfășurarea antrenamentelor sau competițiilor.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Locul și rolul turismului sportiv în sistemul de educație fizică și sport	4	2		2
	2	Caracteristicile turismului sportiv	4	2		2
	3	Formele și conținutul lucrului turistic în școli și taberele de odihnă pentru copii	4	2		2
	4	Particularitățile de organizare și desfășurare a marșurilor turistice de scurtă și lungă durată	4	2		2
	5	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii	4	2		2
	6	Turismul pedestru	4	2		2
	7	Organizarea și dirijarea turismului sportiv	4	2		2
	8	Organizarea marșurilor turistice sportive și a tururilor sportiv-comerciale	4	2		2
	9	Bazele organizării pentru asigurarea securității în turismul sportiv	4	2		2
	10	Pregătirea sportivilor care practică turismul sportiv	4	2		2
	11	Pregătirea integrată a turistului ce practică turismul sportiv	4	2		2
	12	Metode de calculare în organizarea turismului sportiv	4	2		2
	13	Bazele tehnice și tactice ale turismului sportiv	8	4		4
	14	Pregătirea cadrelor în turismul sportiv	4	2		2
	15	Esența și conținutul turismului sportiv	4		2	2
	16	Caracteristicile tehnologice ale turismului sportiv	4		2	2
	17	Turismul sportiv și locul lui în sistemul de educație fizică și sport	4		2	2
	18	Activitățile turistice sportive în cadrul taberelor de odihnă pentru copii	4		2	2
	19	Particularitățile de organizare și desfășurare a turismului pedestru	8		4	4
	20	Turismul sportiv în lume	4		2	2
	21	Activitatea federației de turism sportiv a Republicii Moldova	8		4	4
	22	Turismul sportiv - asanativ și particularitățile de dezvoltare a acestuia în Republica Moldova	4		2	2
	23	Turismul sportiv și rolul său în produsul turistic	8		4	4
	24	Turismul sportiv mijloc de socializare a copiilor și adolescenților	4		2	2
	25	Amenajarea sălii pentru desfășurarea tipurilor de turism sportiv	8		4	4
	26	Organizarea și metodica pregătirii sportivilor în turismul sportiv	4		2	2
	27	Pregătirea tehnică în turismul sportiv	14		7	7
	28	Pregătirea tactică în turismul sportiv	4		2	2
	29	Asigurarea securității turiștilor în condiții naturale	6		4	2

	Total	150	30	45	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul, seminarul/lecțiile practice</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică, dezbatere</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată</i>. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbatere, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, lucrul cu documentele necesare organizării tururilor sportiv-comerciale, modelarea didactică, problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite <i>activități frontale, activități de grup, activități individuale</i>.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>testări ale pregătirii individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind asimilarea metodelor de pregătire a sportivilor ce practică turismul sportiv ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea finală				40%
	Nota evaluarea curentă				20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%
	Nota lucrul individual				20%
	<p>1. Onoi M. Metodica pregătirii sportive în turism a copiilor de vârstă gimnazială în cadrul unui ciclu anual de antrenament. Revista științifico-metodică Teoria și Arta Educației Fizice în Școală. Ediția nr.1/2009.</p> <p>2. Onoi M., Plămădeală D. Unele aspecte în desfășurarea activităților turistice în instituțiile extrașcolare. În materialele Conferinței științifice internaționale „Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere”. Chișinău: USEFS, 06.11.2015.</p> <p>3. Борисов П., Смык Ф. Технология спортивного туризма. Кемерово: ГУ Куз-ГТУ, 2011. 72 с.</p> <p>4. Борисов П. Технология спортивного туризма. Учебное пособие. Кемерово: КузГТУ, 2012. 219 с.</p> <p>5. Важенин А. Обеспечение безопасности туристских походов с учётом видов туризма: методические рекомендации. Тюмень, 2012.</p> <p>6. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е</p>				

**Referințe
bibliografice**

издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с.

7. Гаранин Н.И. Виды спортивно-оздоровительных программ в туркомплексах. В: Теория и практика физической культуры. 2000. №8.

8. Горшков И. Спортивно-оздоровительный туризм. Ярославль: ЯрГУ, 2014. 60 с.

9. Зотова Н. Все о выживании в походе. Азбука туриста. Харьков: Издательство „Ранок”, 2010, с. 21-26.

10. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: Учебное пособие. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2009. 392 с.

11. Константинов Ю. Туристские слеты и соревнования учащихся: учебно-метод. пособие. Москва: ЦДЮТК МО РФ, 2000. 225 с.

12. Кравцова Г. Новые физкультурно-спортивные виды (туризм): Учебно-методическое пособие. Тирасполь, 2013. 108 с.

13. Соболев С. Основы тренировки в спортивно-оздоровительном туризме. Курс лекций по дисциплине: Учебное пособие. Красноярск: ИПК СФУ, 2008. 106 с.

14. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 424 с.

15. Федотов Ю. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник. Москва: Издательство «Советский спорт», 2004. 364 с.

16. Філіпов З.І. Спортивний туризм. Організація і методика спортивно-туристичної роботи. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів фізкультурного профілю. Дрогобич: Коло, 2010. 344 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>					
Denumirea cursului		Turism sportiv					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.03.O.23	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	65	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turismul sportiv” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a organiza măsuri și întruniri turistice, marșuri turistice pedestre, a utiliza echipamentul turistic colectiv, individual și special în cadrul activităților turistice etc.;<input type="checkbox"/> obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea particularităților de organizare a activităților turistice sportive cu un anumit segment de consumatori ai serviciilor turistice;<input type="checkbox"/> obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematice.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua</p>						

	<p>abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor turistice cu elevii la diverse tipuri de turism sportiv; Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a diferitor tipuri de turism: pedestru, montan și nautic; Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire atât la „tehnica turismului pedestru” cât și „montan, nautic și veloturism”; Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul turismului sportiv; Susținerea și promovarea organizării întrunirilor și măsurilor turistice la turismul sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al turiștilor în corespundere cu tipul de turism practicat; Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul (în special turismul sportiv).
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ să definească noțiunile principale ale disciplinei turismul sportiv (turism sportiv, marș turistic, turism pedestru, nautic și montan); ☐ să identifice particularitățile fiecărui tip de turism (pedestru, montan și nautic); ☐ să caracterizeze obiectivele principale ale marșurilor turistice; ☐ să identifice etapele de organizare și desfășurare a marșurilor turistice; ☐ să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice; ☐ să caracterizeze formele de turism sportiv la general și cele existente în Republica Moldova în particular. ☐ să identifice tipul de echipament necesar, pentru fiecare tip de turism sportiv; ☐ să identifice etapele în procesul de organizare și desfășurare a măsurilor și întrunirilor turistice; ☐ să caracterizeze procesul de pregătire fizică și psihologică a turistului în turismul sportiv. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine rolul și funcțiile organizatorilor în procesul de pregătire și desfășurare a măsurilor și întrunirilor turistice; ➤ să planifice pregătirea și organizarea unui marș turistic de control; ➤ să elaboreze un plan calendaristic de desfășurare a activităților turistice; ➤ să analizeze și să explice conținutul pregătirii turistului pentru activitățile turistice; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul marșurilor turistice, competițiilor dar și în procesul de arbitraj; ➤ să determine procedeele de măsurare a distanțelor în teren; ➤ să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică turismul pedestru, montan sau nautic; ➤ să analizeze și să explice pregătirea psihologică a turistului; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul competițiilor la turismul sportiv. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice pe care le va desfășura; ➤ să explice esența și structura turismului sportiv; ➤ să comunice și să acționeze eficient în cazurile excepționale ce pot apărea în timpul desfășurării activităților turistice (fie competiții sau marșuri turistice); ➤ să respecte particularitățile fiecărui tip de activitate turistică (pedestru, nautic și montan). ➤ să explice esența și structura unui antrenament la turismul sportiv; ➤ să îmbine pregătirea fizică și psihologică în procesul de pregătire; ➤ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Istoria dezvoltării turismului sportiv	3	1		2
	2	Normele de siguranță în turismul sportiv	2	2		
	3	Clasificarea formelor de turism sportiv	2	2		
	4	Echipamentul turistic colectiv, individual și special	4	2		2
	5	Organizarea și desfășurarea măsurilor și întrunirilor turistice la turismul sportiv	4	2		2
	6	Regulamentul competițiilor la turism sportiv	2	2		
	7	Pregătirea fizică și psihologică a turistului în turismul sportiv	4	2		2
	8	Igiena personală și prevenirea îmbolnăvirilor în activitățile de turism sportiv	4	2		2
	9	Bazele pregătirii turistice	4		2	2
	10	Tehnica turistică la etapele tehnice: „urcări”, „coborâri”, „pendulul”	5		3	2
	11	Tehnica turistică la etapele tehnice: „corzi paralele”, „trecerea suspendată”	6		4	2
	12	Echipamentul colectiv, individual și special al turiștilor în turismul sportiv	4		2	2
	13	Procedeele de transportare a accidentaților pe diverse trasee	4		2	2
	14	Pregătirea fizică generală în turismul sportiv	8		6	2
	15	Pregătirea fizică specială în turismul sportiv	8		6	2
	16	Bazele tehnice și tactice ale turismului pedestru	2		2	
	17	Nodurile turistice și folosirea lor	8		6	2
	18	Particularitățile de organizare și desfășurare a competițiilor la turismul sportiv	4		2	2
	19	Regulamentul cu privire la colegiul de arbitri la turismul sportiv	4		2	2
	20	Regulile competițiilor la turismul sportiv	4		2	2
	21	Cerințele de categorie la turismul sportiv	2		2	
	22	Procedeele tehnice în turismul sportiv. Metode de efectuare.	4		2	2
	23	Bazele tehnice în alpinism	6		6	
24	Tehnica de cățărare la peretele de escaladă	8		6	2	
25	Măsurarea distanțelor în teren	4		2	2	

	26	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice, pedestre	2		2	
	27	Particularitățile organizării bivuacurilor turistice	4		2	2
	28	Marș turistic de control	4		4	
	Total		120	15	65	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul, seminarul/lecțiile practice</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică, dezbateri</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată</i>. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului sau a anumitor procedee tehnice din turismul sportiv, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predare cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, lucrul cu actele în cadrul cluburilor sportive de turism, modelarea didactică, problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite <i>activități frontale, activități de grup, activități individuale în îndeplinirea procedeele tehnice</i>.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>testări ale pregătirii tehnice individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind asimilarea procedeele tehnice ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
<p>1. Dragoi C. Turism și activități sportive în spațiul montan. București: Editura Edusoft, 2006. 276 p.</p> <p>2. Ganopolschii V. Turism și orientare sportivă. Moscova, 1987.</p> <p>3. Onoi M. Metodica pregătirii sportive în turism a copiilor de vârstă gimnazială în cadrul unui ciclu anual de antrenament. Revista științifico-metodică Teoria și Arta Educației Fizice în Școală. Ediția nr.1/2009, p. 39-40.</p> <p>4. Vasilache C, Barber V. Nodurile turistice. Chișinău, 2005.</p>						

**Referințe
bibliografice**

5. Бабкин А. Специальные виды туризма: учебное пособие. Издательство: Издательство "Советский Спорт", 2008. 208 с.
6. Веткин В. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 208 с.
7. Востоков И., Федотов Ю. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник для ВУЗов. Гриф УМО. Издательство: Издательство "Советский Спорт", 2008. 464 с.
8. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с.
9. Зотова Н. Все о выживании в походе. Азбука туриста. Харьков: Издательство „Ранок”, 2010, с. 21-26.
10. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: Учебное пособие. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2009. 392 с.
11. Лебедихин А. Основы альпинизма и скалолазания. Учебное пособие. Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. 130 с.
12. Линчевский Э., Федотов Ю. Н. Типология и психология туризма. Издательство: Советский спорт, 2008. ISBN: 978-5-9718-0204-4.
13. Максимов Л. Спортивный горный туризм. Москва, 2011. 708 с.
14. Поликарпов В. Методическая разработка внеклассного мероприятия по курсу ОБЖ. «Школьный туристический слет», Липецк, 2007.
15. Рубис Л.Г. Спортивный туризм. Саратов: Ай пи Эр Медия, 2018. 168 с. ISBN 978-5-4486-0209-2.
16. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 424 с.
17. Федотов Ю., Линчевский Э. Типология и психология туризма: учебное пособие. Издательство: Издательство "Советский Спорт", 2008. 272 с.
18. Шкенеv В. Спортивно-прикладной туризм: программа, разработки занятий, рекомендации. 8-9 классы. Издательство: Учитель, 2009. 317 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Igiena și securitatea turismului sportiv					
Titularul cursului		Grosu Maria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.04. O.24	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Igiena și securitatea turismului sportiv” este partea componentă a sistemului de învățământ din domeniul turismului și are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice pentru această disciplină. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p> <p>Igiena este ramură a medicinei preventive, specialitate care studiază acțiunea factorilor de mediu asupra sănătății populației, în vederea prevenirii îmbolnăvirilor, a ținerii sub control a riscurilor de mediu, a scăderii expunerii la factorii de risc a populației prin eforturi concrete ale societății și utilizarea eficientă a resurselor.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Familiarizarea cu principiile igienico-sanitare de organizare a activităților fizice;• Familiarizarea cu principiile de întocmire a rațiilor alimentare adaptate fiecărui individ;• Formarea abilităților de aplicare a mijloacelor și tehnicilor de prim ajutor. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Să folosească terminologia disciplinei; să comunice și să colaboreze cu partenerii; să aplice cunoștințele acumulate în situații profesionale diferite.• Implementarea cerințelor și normelor sanitare și igienice la întreprinderile alimentare și turism;• Studiul nevoilor fiziologice ale omului și elaborarea unor standarde cantitative și calitative de nutriție pentru diferite grupuri ale populației, în funcție de diverși factori obiectivi.						

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea normelor igienico-sanitare care trebuie aplicate de specialiștii domeniului (profesori, instructori, antrenori, participanți ai activităților sportive) pentru păstrarea sănătății, pentru menținerea și dezvoltarea capacității efortului fizic; • Prezentarea și aprofundarea noțiunii de bază privind alimentația omului sănătos, prin cunoașterea componentelor corecte din punct de vedere cantitativ și calitativ, necesare susținerii atât a metabolismului cât și a efortului fizic; • Prezentarea modalităților de prevenire și a principiilor și măsurilor care stau la baza acordării primului ajutor în cazul în care accidentul s-a produs. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Implementarea controlului de stat și departamental asupra respectării normelor și regulilor sanitare; • Dezvoltarea și fundamentarea științifică a normelor, regulilor și mijloacelor de influență asupra diferiților factori de mediu în scopul protejării sănătății umane; • Eliminarea efectelor dăunătoare ale factorilor de mediu asupra corpului uman; • Asigurarea siguranței serviciilor de sănătate ale consumatorilor; • Realizarea cerințelor și normelor sanitare și igienice la întreprinderile alimentare și turism; • Formarea cunoștințelor în domeniul controlului de stat și departamental asupra respectării normelor și normelor sanitare. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să alcătuiască, dirijeze și evalueze necesitatea și aplicarea măsurilor de prim ajutor; • Să explice și să realizeze rații alimentare adaptate fiecărui individ și măsuri de prim ajutor specifice; • Să cunoască și să folosească noțiunile specifice disciplinei. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Istoria dezvoltării igienei mediului înconjurător	8	2	2	4
	2	Obiectul, scopul, sarcinile și importanța igienei	12	2	4	6
	3	Acordarea primului ajutor medical în cadrul activităților turistice	16	2	6	8
	4	Igiena și securitatea în sălile de desfășurare a competițiilor turistice	12	2	4	6
	5	Accidente și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice în dependență de anotimp	12	2	4	6
	6	Securitatea în timpul practicării activităților turismului sportiv	12	2	4	6
	7	Securitate participanților înainte de începerea călătoriei	12	2	4	6
	8	Semnele convenționale de salvare internaționale	6	1	2	3
	Total		90	15	30	45
	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă</p>					

sugestii metodologice de predare-învățare	<p>rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare a rezultatelor academice	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aculov C., Buștueva C., Igiena Comunală. Chișinău 2005. 2. Alexa L. Curs de igienă. Iași, 2005. 3. Alexandresu C., Igiena educației fizice și sportului. București, 2004. 4. Baker R., Bass D., Primul ajutor în caz de urgență în familie. Editura Aquila, 2007. 5. Friptuleac Gr., Alexa L., Băbălău V. Igiena Mediului. Chișinău, 2006. 6. Mincu M., Cocora D., Mănescu S., Igiena, editura universul. București, 2000. 7. Mureșan D., Primul ajutor medical, Editura Fundației România de Main, București, 2008. 8. Vîjîială G. E., Igiena și evaluarea biologică, Editura Fundației Române de Mîine, București 2000. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Etica și cultura profesională					
Titularul cursului		Usaci Doina/Leșco Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 04 A.24	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor profesionale)							G
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul de <i>Etica și cultura profesională</i> reprezintă o tentativă de a îmbunătăți pregătirea specialiștilor, din punctul de vedere al eticii, precum și de a ajuta studenții în procesul de studiere, în conformitate cu experiența acumulată la predarea acestui curs. Fiecare profesie are sau poate avea etica sa particulară. Aceste etici au, însă, multe principii și norme comune. Un curs de Etica profesională are menirea să releve asemănările și diferențele, să dea posibilitatea să se vadă cum ar trebui să se desfășoare relația client-profesionist în alte domenii de interes public mai larg.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității „<i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>” lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Disciplina de studii <i>Etica și cultura profesională</i> este parte componentă a științelor pedagogice prevăzute în planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i> la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivul principal al cursului <i>Etica și cultura profesională</i> constă în familiarizarea studenților cu principiile și normele de bază ale codului de etică atât la nivel profesional, cât și la nivelul comportamentului cotidian. Cursul se axează pe dezvoltarea abilităților de aplicare a principiilor și regulilor care trebuie să guverneze activitatea profesională, inclusiv o conduită corectă în societate.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului.• Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral.• Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională.						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul etic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul, funcțiile și problematica eticii	6	2	1	3
	2	Morală și etica profesională	6	2	1	3
	3	Particularitățile și sistemul de	6	2	1	3

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		autoreglare a comportamentului etic				
	4	Categoriile eticii profesionale	6	2	1	3
	5	Comunicarea profesională și aspectele ei	6	2	1	3
	6	Mijloacele de comunicare verbală în sfera profesională.	6	2	1	3
	7	Etica în soluționarea conflictelor	6	2	1	3
	8	Colectivul de muncă	6	2	1	3
	9	Etica și cultura organizațională	6	2	1	3
	10	Cultura exteriorului	6	2	1	3
	11	Stresul și acțiunile lui în activitatea profesională	6	2	1	3
	12	Eticheta profesională. Codul bunelor maniere	6	2	1	3
	13	Etica conducerii	6	2	1	3
	14	Codurile deontologice: aspecte conceptuale.	6	2	1	3
	15	Etica managerială. Codul deontologic al managerului.	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
	Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			

în %)	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capcelea V., Etica, Editura Arc, Chișinău, 2003. 2. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili, București, Editura Curtea Veche Publishing, 2007. 3. Căndea R., Căndea D. Comunicarea managerială: concepție, deprinderi, strategie, Focșani, 1996. 4. Frunza S. Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, 2011. 5. Gavrilă T. Managementul general al firmei, București, 2002. 6. Hianes I., Introducere în istoria comunicării, Editura Fundația Română de Mâne, 1998. 7. Joule R.V., Tratat de manipulare, Editura Antet, 1997. 8. Lungu Viorelia, Etica profesională – suport de curs, Chișinău, USM. 2011. p.192. ISBN 978-9975-71-103-6. 9. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București, Editura Humanitas, 2008. 10. Mândăcanu, Virgil. Etica pedagogică praxiologică: (Manual pentru adolescenți, studenți și pedagogi din învățământul liceal și universitar), Chișinău, 2010. ISBN: 978-9975-51-142-1. 588 p. 11. Miroiu A. Teorii ale dreptății, București, Editura Alternative, 1995. 12. Miroiu A. Etică aplicată, București, Editura Alternative, 1995. 13. Miroiu M., Miroiu A. Dreptatea și fericirea, București, Editura All, 1995. 14. Montefiore A., Mureșan V. Filosofia morală britanică, București, Editura Alternative, 1998. 15. Mureșan V. Valorile și adevărul moral, București, Editura Alternative, 1995. 16. Popescu D., Arta de a comunica, Editura Economica, 1998. 17. Pruteanu Șt., Comunicare și negociere în afaceri, Editura Polirom, 1997. 18. Pruteanu Șt. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași, Editura Polirom, 2004. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Turism rural					
Titularul cursului		Miron Marina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04. O.26	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natacie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul „Turismul rural” face parte din disciplinele de specializare din cadrul catedrei „Natație și Turism” pentru studenții anului II (secția de zi și fără frecvență). Este disciplină obligatorie.</p> <p>Importanța cursului rezultă din faptul, că orele teoretice și mai ales cele practice sunt menite să pregătească specialiști, care să poată fi profesioniști în domeniul turismului rural.</p> <p>Metodologia cursului „Turismul rural” presupune utilizarea mai multor metode didactice: analiza comparată, sistematizarea și selectarea informației cu scopul pregătirii finale, precum și dezvoltarea aptitudinilor de desfășurare a activităților în sfera turismului rural. În mare parte cursul are un caracter aplicativ.</p> <p>Evaluarea cunoștințelor studenților are loc în baza examenului.</p> <p>Acest curs este elaborat în conformitate cu cursul predat în cadrul Centrului Național de Perfecționare al Cadrelor din domeniul turismului.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
Competențe dezvoltate	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea metodelor practice și teoretice în înțelegerea, analizarea și evaluarea a ofertelor turismului rural;• Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor tradiționale zonei rurale• Planificarea unui proiect în context local, regional, național;• Promovarea și comunicarea unor valori și oferte ale turismului de vacanță. <p>Competențe transversale:</p>						

<p>în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specific și rezolvarea sarcinilor complexe în context (, transmiterea, prelucrarea, stocarea informațiilor în documente specifice turismului); • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă,corespunzătoare diverselor programe tradiționale de agrement ; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a diferitor activități turistice rurale. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Turism rural” (turism rural, pensiune turistică, sat de vacanță, ospitalitate, agropensiune ș.a); ➤ să cunoască destinațiile turistice rurale existente în Republica Moldova; ➤ să identifice specificul organizării activității gazdei în procesul de primire a turiștilor în cadrul pensiunilor rurale; ➤ să cunoască cum se efectuează un plan de afaceri pentru deschiderea unei pensiuni, agropensiuni sau sat de vacanță; ➤ să cunoască specificul și esența acestei ramuri, în scopul valorificării turistice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine raportul dintre turist și gazda pensiunii rurale; ➤ să analizeze studii de caz în domeniul turismului rural din diverse țări ale lumii; ➤ să determine care sunt cauzele unei nereușite în procesul de creare a unei afaceri turistice în mediul rural; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de inițiere sau tehnologice (în cazul dacă practica are loc în structurile turistice din mediul rural al Republicii Moldova). <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de particularitățile fiecărei pensiuni din Republica Moldova și integrarea acesteia pe piața turistică autohtonă; ➤ să cunoască care sunt particularitățile pieței turismului rural din Republica Moldova și internaționale; ➤ să conceapă proiecte și să stabilească pași de derulare a acestora, în scopul dezvoltării turismului la nivel național sau în profil teritorial. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Semin ar</p>	<p>LI</p>
	1	Turismul rural ca fenomen economico-social.	4	2		2
	2	Mediul rural ca atracție turistică.	4	2		2
	3	Potențialul turistic în mediul rural.	4	2		2
	4	Structuri rurale de deservire a turiștilor.	5	3		2
	5	Principalii actori pe piața turistică.	4	2		2
	6	Casa țărănească - pensiune agroturistică.	4	2		2
	7	Raportul turist – gazdă și etica profesională.	4	2		2
	8	Noțiuni generale ale turismului rural.	4		2	2
	9.	Satul moldovenesc ca atracție turistică.	5		2	3
	10.	Potențialul antropoc în mediul rural.	4		2	2
	11.	Tipurilor de afaceri turistice în mediul rural.	4		2	2
	12.	Gazdele turismului rural.	4		2	2
	13.	Tehnici de amenajare a structurilor de cazare rurale.	4		2	2
	14.	Turiștii și populația locală.	4		2	2
	15.	Tradițiile din mediul rural.	4		2	2
	16	Turiștii consumatori de servicii locale.	4		2	2

	17.	Motivația turismului rural.	4		2	2
	18.	Tipologia așezărilor, gospodăriilor rurale.	4		2	2
	19.	Satul moldovenesc ca atracție turistică.	4		2	2
	20.	Potențialul antropic în mediul rural.	4		2	2
	21.	Tipurilor de afaceri turistice în mediul rural.	4		2	2
	22.	Gazdele turismului rural.	4		2	2
	Total		90	15	30	45
sugestii metodologice de predare-învățare	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare a rezultatelor academice	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Bran Fl., Marin D., Șimon T. Turismul rural, modelul european. – București: Editura Economică, 1997</p> <p>2. Joloncovschi A., Florea S. Turismul ecologic și rural: realități și perspective.- Chișinău: Prometeu, 2001</p> <p>3. Miron V. Turismul rural în Moldova. Îndrumar pentru autoritățile publice locale. Chișinău: Știința, 2012</p> <p>4. Miron V. Turismul în ariile naturale din Republica Moldova. – Chișinău, :</p>					

Continental Grup, 2005. – P.134

5. Miron V. Afaceri în turism rural. Amenajarea și tehnologia deservirii oaspeților în pensiunea turistică. – Chișinău: Tipografia Centrală, 2005. – P.112

6. Lazăr S. Turism rural. Ghidul gospodarului. – Chișinău: Sirius, 2004

7. Ghinoiu I. Sărbători și obiceiuri românești. – București: Editura Elion, 2003

8. Apă vie. Din comoara folclorului moldovenesc. – Chișinău: Literatura artistică, 1980

9. Planificarea afacerii. Ghid pentru antreprenori, instructori și consultanți. – Chișinău: BIZPRO Moldova, 2003



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Atletism					
Titularul cursului		Svecla Svetlana					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.O.27	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@mai.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	65	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Atletism” este parte componentă a planului de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Serviciii hoteliere, turism și agrement, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului Atletism, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul Serviciii hoteliere, turism și agrement;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina dată în an. II, sem. IV, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Serviciii hoteliere, turism și agrement.</p>						
Competențe profesionale:							

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului; ▪ Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice; ▪ Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice - prin aplicarea mijloacelor din domeniul Serviciii hoteliere, turism și agrement,; ▪ Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale educație fizică; ▪ Cunoașterea bazelor tehnicii a probelor sportive din atletism; ▪ Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de lecția de educația fizică. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Formarea capacităților profesional - pedagogice, aplecarea cunoștințelor formate în practică. ▪ Formarea conținut a competențelor profesionale în tipologia desfășurării procesului de instruire. 									
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea caracteristicilor sociale și pedagogice ale atletismului ca obiect de studiu în sistemul educațional al educației fizice și sportive. ▪ Cunoașterea bazelor tehnicii probelor atletice. ▪ Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism în școli; ▪ Explice tehnologia organizării diferitelor tipuri de lecții și caracteristica metodelor de desfășurare a lor; ▪ Să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică atletismului ▪ Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de lecția de educația fizică. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Selecteze conținutul didactic și metode de organizare a procesului de instruire a diferitelor tipuri de lecții. ▪ Să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică atletismului; ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul competiții lor la atletismul. ▪ Aplicarea corectă a priceperilor și deprinderilor de desfășurare a lecțiilor de atletism în școală. ▪ Selectarea și sistematizarea mijloacelor și metodelor de bază folosite la instruirea tehnicii probelor de alergări, sărituri și aruncări. ▪ Participarea activă la dezbateri la orele de curs. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Lecția de atletism în instituțiile de învățământ preuniversitar. ▪ Organizarea, desfășurarea și conținutul lecțiilor de atletism in învățământul liceal. 									
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/ o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>				<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">L/P</p>	<p align="center">LI</p>
1	Atletismul ca obiectul de studiu. Clasificația probelor atletice	4	2		2					
2	Istoria apariției și dezvoltării atletismului în lume și în Moldova	4	2		2					
3	Bazele tehnicii marșului sportiv și alergării	4	2		2					
4	Bazele tehnicii săriturilor atletice	4	2		2					
5	Bazele tehnicii aruncărilor atletice	4	2		2					
6	Măsurile de securitate și profilaxia traumatismelor la lecțiile de atletism	3	1		2					
7	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.	4	2		2					
8	Organizarea și desfășurarea competițiilor de	4	2		2					

	atletism				
9	Instruirea tehnicii marșului sportiv	5		4	1
10	Instruirea tehnicii alergării de viteză	8		6	2
11	Instruirea tehnicii alergării de semifond-fond	7		5	2
12	Instruirea tehnicii alergarea pe teren variat	8		6	2
13	Instruirea tehnicii alergării de ștafetă	7		6	1
14	Instruirea tehnicii săriturii în lungime prin procedeul „Ghemuit”	7		5	2
15	Instruirea tehnicii săriturii în lungime prin procedeul „Extensat”	6		4	2
16	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime prin procedeul „Pășire”	6		4	2
	Instruirea tehnicii aruncării mingii mici	8		6	2
	Instruirea tehnicii aruncării greutății	6		5	1
	Dezvoltarea calității motrice „forța”	4		3	1
	Dezvoltarea calității motrice „viteza”	3		2	1
	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”	3		2	1
	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”	5		3	2
	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”	3		2	1
	Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”	3		2	1
	Total	120	15	65	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>Verificarea orală, teste înscrise, scrierea referatelor, executarea corectă a tehnicii probelor instruite, susținerea normelor de control.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>				

	Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Dragomir, P., Scarlat, E. <i>Educația fizică școlară</i>. Repere noi – mutații necesare. București: EDP, 2004.</p> <p>2. Gevat, C., Larion, A. <i>Lecții de atletism</i>. Ovidius, Constanța, 2003, p. 347.</p> <p>3. Mihăilescu, L., Mihăilescu, N. <i>Atletism în sistemul educațional</i>. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p.</p> <p>4. Povestca, L. <i>Aletismul de la A la Z</i> (dicționar explicativ de termeni și noțiuni din atletism). Chișinău, 2020. Editura: Tehnica-UTM, p. 87. ISBN 978-9975-131-82-7.</p> <p>5. Povestca, L. <i>Atletism – curs de bază</i> (suport de curs pentru studenții instituțiilor de învățământ superior în domeniul educației fizice și sportului). Chișinău, 2020. Editura: Tehnica-UTM, p. 222. ISBN 978-9975-131-89-6.</p> <p>6. Rață, G. <i>Atletism: tehnică, metodică, regulament</i>. Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p.</p> <p>7. <i>Regulamentul-tip al instituției de învățământ extrașcolar</i>. Proiect. Chișinău: Ministerul Educației, Culturii și Cercetării al Republicii Moldova, 2020.</p> <p>8. <i>Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ.</i> Под ред. О. Колодня, Е. Лутковского, В. Ухова. Москва. ФиС. 1985, с. 271.</p> <p>9. Макаров, А. <i>Легкая атлетика: Учебник для студ-ов фак. физ.восп. пед. ВУЗ-ов</i>. Москва, Просвещение. 1990. 208 с.</p> <p>10. Попов, В. <i>Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов</i>. Москва. Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2006, 224 с.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Turism asanativ					
Titularul cursului		Spătaru Tatiana/Grosu Maria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04.A.28	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turism asanativ” este concepută pentru a pune accent pe diverse forme de tratament în stațiuni balneare și are în vedere organizarea îmbunătățirii sănătății populației din punct de vedere al tehnologiei de călătorie. Acest lucru se realizează prin formarea unui produs turistic, care se bazează pe o tehnologie medicală sau de îmbunătățire a sănătății care îmbunătățește calitatea vieții prin satisfacerea nevoii de odihnă, îmbunătățirea sănătății și tratament folosind diferite componente ale complexului natural (peisaj, climă, regim sănătos, schimbare de peisaj etc.). Este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum disciplinar „Turism asanativ” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, studenții vor fi capabili de a cunoaște ofertele turismului asanativ; turismului balnear, turismului recreativ; turismului sportiv, familial; ofertele turismului pentru îngrijirea sănătății: turismul de tratament, turismul profilactic; de refacere; de întărire etc; ofertele turismului de agrement sau sportiv: jocuri; distracții; concursuri etc.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea</p>						

	<p>atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea metodelor practice și teoretice în înțelegerea, analizarea și evaluarea a ofertelor turistice asanative; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și metodelor de tratament asanativ; • Utilizarea metodelor curative și asanative ; • Planificarea unui proiect în context local, regional, național; • Promovarea și comunicarea unor valori și oferte ale turismului asanativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice și rezolvarea sarcinilor complexe în context (transmiterea, prelucrarea, stocarea informațiilor în documente specifice turismului); • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă, corespunzătoare diverselor programe de agrement; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a diferitor activități turistice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale turismului asanativ (turismul de sanatate, turism asanativ, stațiune turistică, servicii spală, tratament, tehnici tradiționale și netradiționale, relaxare, excursie, plimbare); ➤ să identifice principalele caracteristicile unui tip de turism; ➤ să caracterizeze obiectivele principale ale călătoriilor și excursiilor cu scop asanativ; ➤ să identifice tipuri de activități turistice cu scop reabilitare; ➤ să identifice factorii medicali și interferențiali (ape minerale, surse terapeutice); ➤ să caracterizeze procesul de organizare a activităților turistice în centre balneoclimaterice și stațiuni de agrement. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine elementele structurale ale ofertei turismului balnear; ➤ să elaboreze programul de resort și de agrement; ➤ să cunoască particularitățile ofertei turistice și producția turistică de agrement. ➤ să planifice produsul turistic astfel încât să satisfacă nevoile și cerințele clienților în timpul recreerii. ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate pentru un tratament balnear și de recuperare. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze caracteristicile distinctive ale turismului asanativ și medical și oportunitățile turismului de agrement ; ➤ să explice scopurile și urmările acestor forme de turism asanativ; ➤ să comunice și să acționeze eficient utilizarea mijloacelor și metodelor fizioterapeutice, profilaxia primară și secundară; ➤ să respecte patrimoniul balneoclimateric și valorificarea localităților pentru o zonă de recreere. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Caracteristicile distinctive a turismului asanativ. Concepte și definiții.	4	2		2
	2	Impactul pozitiv al turismului asanativ.	4	2		2

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	3	Beneficiile turismului asanativ.	4	2		2	
	4	Evoluția călătoriilor cu scop asanativ.	6	2		4	
	5	Aspecte generale ale motivației turismului.	4	2		2	
	6	Principalele regiuni ale tratamentului balnear din Republica Moldova.	3	2		4	
	7	Importanța turismului asanativ și balneoclimateric.	4	2		2	
	8	Tipurile de stațiuni turistice.	4		2	2	
	9	Specificul metodelor de tratament în turismul balneoclimateric.	7	1	2	4	
	10	Obiectivele dezvoltării stațiilor turistice asanative internaționale.	6		4	2	
	11	Turismul medical și asanativ ca principala formă de turism.	6		4	2	
	12	Particularitățile turismului asanativ pe plan național și internațional.	4		2	2	
	13	Criterii de clasificare a turismului asanativ	4		2	2	
	14	Resursele naturale de vindecare în turismul asanativ.	4		2	2	
	15	Principalele destinații ale turismului asanativ din Europa.	7		4	3	
	16	Studiul actual și perspectivele de dezvoltare a turismului asanativ.	4		2	2	
	17	Călătoriile cu scop asanativ.	4		2	2	
	18	Serviciile asanative în cadrul structurilor de cazare.	4		2	2	
	19	Factori balneari și resurse recreaționale principale ale regiunilor.	4		2	2	
		Total		90	15	30	45
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>,</p>						

	<p>cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aluculesei, A. C., Nistoreanu, P. (2016) <i>Turismul balnear românesc – o soluție cu potențial pozitiv în procesul îmbătrânirii populației uniunii europene</i>. În: Amfiteatru economic vol, 18., nr.10. București: Academia de Studii economice; 2. Berlescu, E., „Enciclopedia de balneoclimatologie a României”, Editura ALL, București 1998, ISBN 117071729; 3. Handaric, D. A. G. (2018) <i>Cercetări privind dezvoltarea turismului termomineral în partea de vest luând modelul occidental</i>. Rezumatul tezei de doctorat. Timișoara: Universitatea de Științe Agricole și Medicină Veterinară a Banatului „Regele Mihai I al României”; 4. Inac, T. <i>Strategii de dezvoltare a turismului balnear în România în perspectivele integrării europene</i>. București: ASE, Catedra Turism-Servicii, 2006; 5. Munteanu, C., Cinteza, D., <i>Cercetarea științifică a factorilor naturali terapeutici</i>, București, Editura Balneară, 2011, ISBN 978-606-92826-8-7; 6. Бабкин А.В. Лечебно-оздоровительный туризм. 2008; 7. Ветитнев, А.М. Курортное дело [Текст] / А.М. Ветитнев, Л.Б. Журавлева. - М.: КНОРУС, 2007 8. Губа Д.В., Воронов Ю.С. Лечебно-оздоровительный туризм: курорты и сервис. Учебник. Издательство «Спорт» 2020 9. Иванова Н.В. Спортивно-оздоровительный туризм. Учебное пособие для бакалавров. Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа. 2014 10. Кусков Л.С., Лысикова О.В.: Курортология и оздоровительный туризм: Учебное пособие. - Ростов н/Д. "Феникс", 2004 - 320 с. 11. Кусков, А.С. Основы курортологии [Текст] /А.С. Кусков, Л.В. Макарецва. - Учеб. пособие. - Саратов, 2002. 12. Михайлов, И.В. Физиотерапия для лечения в домашних условиях/И.В. Михайлов. - М.: АСТ Астрель, 2003 13. Михайлов, И.В. Физиотерапия для лечения в домашних условиях [Текст] /И.В. Михайлов. - М.: АСТ Астрель, 2003 14. Соколова М.В. История оздоровительный туризма. М.: Академия, 2004. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Tehnologia turismului activ					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.A.29	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologia turismului activ” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, prevăzute în planul de învățământ postuniversitar, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În cadrul catedrei Natație și Turism curriculum disciplinar „Tehnologia turismului activ” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a organiza și desfășura călătoriilor, plimbări, marșuri turistice pedestre, montane și nautice; planificarea lucrului turistic în taberele de odihnă pentru copii, cluburi și secții turistice; căpătarea deprinderilor de orientare cu ajutorul obiectelor din teren și a busolei.</p> <p>În baza curriculumului stau aspecte teoretice, practice și aplicative în vederea obținerii unor cunoștințe, formării unor abilități practice a principalelor aspecte specifice pentru această disciplină, ce cuprinde cele mai recente inovații în cadrul turismului activ.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice și practice în organizarea și desfășurarea călătoriilor, plimbărilor, marșurilor turistice, excursiilor; • Dirijarea și coordonarea activităților practice pentru organizarea diferitor tipuri de turism: pedestru, montan și nautic; • Organizarea și desfășurarea unei întruniri turistice la alegere (tehnica turistică) 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>sau orientarea sportivă);</p> <ul style="list-style-type: none"> • Susținerea și promovarea desfășurării activităților turistice în cadrul școlii, taberei de odihnă și în afara ei; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera turismului activ. • Susținerea și promovarea imaginii turistice a țării în plan național și internațional. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor în scopul practicării unor tipuri de turism specifice zonei geografice; • Utilizarea nodurilor turistice pe parcursul desfășurării marșului turistic pedestru și în timpul traversării etapelor tehnice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ce privește desfășurarea activităților turistice în cadrul secțiilor și cercurilor turistice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să prezinte etapele dezvoltării instituțiilor responsabile pentru dezvoltarea turismului activ; • Să definească noțiunile principale ale disciplinei turismul activ (turism sportiv, marș turistic, orientare, turism pedestru, nautic și montan); • să identifice particularitățile fiecărui tip de turism (pedestru, montan și nautic); • să caracterizeze obiectivele principale ale marșurilor turistice; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a marșurilor turistice; • să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice; • să caracterizeze procesul de organizare a activităților turistice active în școli și taberele de odihnă. • să explice categoriile și conceptele de bază ale turismului activ • Să cunoască <i>Convenția pentru protejerea patrimoniului natural și cultural al omenirii</i>. <p>La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să determine rolul instituțiilor din domeniul pentru dezvoltarea turismului activ; • să determine rolul și funcțiile conducătorului și a instructorului în timpul activităților turistice în aer liber; • să planifice pregătirea și organizarea unui marș turistic de diferite categorii de complicitate; • să elaboreze un plan calendaristic de desfășurare a activităților turistice; • să analizeze și să explice conținutul pregătirii turistului pentru activitățile turistice în taberele de odihnă; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul măsurilor turistice. • Să contribuie cu specialiști și experiență în turismul activ în țările din lumea întreagă • Să analizeze documentele legislative și să aplice prevederile lor în cazul angajării în domeniul turismului activ. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să țină cont de particularitățile, specificul turismului activ mondial; • Să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice active pe care le va desfășura; • Să explice esența și structura turismului activ; • Să comunice și să acționeze eficient în cazurile excepționale ce pot apărea în timpul desfășurării activităților turistice (fie competiții sau marșuri turistice); • Să respecte particularitățile fiecărui tip de activitate turistică (montan, nautic și montan). • Să aplice fluxurile turistice pe arena turismului internațional.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Turismul activ și locul lui în contextul lumii sportive	8	2	2	4
	2	Particularitățile de organizare și desfășurare a turismului activ	8	2	2	4
	3	Organizarea activităților turistice în școli, licee, colegii și taberele de odihnă pentru copii.	12	2	4	6
	4	Formele și metodele lucrului turistic activ în taberele de odihnă pentru copii	8	2	2	4
	5	Drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice.	14	2	4	8
	6	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	13	2	4	7
	7	Semnele convenționale, lucru cu harta topografică.	10		4	6
	8	Mînuirea busolei și a hărții topografice Nodurile turistice și folosirea lor	10	2	4	4
	9	Tehnica turistică la etapele tehnice: “urcări”, “coborîri”, “treccrea suspendată”, “funiile paralele”, “pendulul”.	9	1	4	4
		Total		90	15	30
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul</i>, <i>seminarul</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică</i>, <i>dezbateri</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbateri</i>, <i>curs practic – aplicativ</i>, <i>prelegere problematizată</i>.</p> <p>Seminarul, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului</i>, <i>de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare</i>; <i>dezbateri</i>, <i>braistorming</i>, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: <i>expunerea</i>, <i>explicația</i>, <i>dialogul</i>, <i>prezentarea</i>, <i>lucrul în echipă</i>, <i>masă rotundă</i>, <i>metoda Piramidei</i>, <i>Jigsaw (Mozaicul)</i>, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică</i>, <i>conversația didactică</i>, <i>demonstrația</i>, <i>modelarea didactică</i>, <i>problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite <i>activități frontale</i>, <i>activități de grup</i>, <i>activități individuale</i>.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială</i>, <i>curentă</i> și <i>finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu</i>, <i>chestionare orală</i>, <i>conversație</i>, <i>expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare) cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind marketingul și brandingul destinațiilor turistice și a altor aspecte ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe</p>					

	<p>care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aubrey C. Daniels. Managementul performanței: strategii de obținere a rezultatelor maxime de la angajați. Iași: Polirom, 2007. p.17. 2. Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009. 3. Dragnea L., Copețchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSO, 2012.p. 98. 4. Mindrigan V., Berzan S., Onoi M. Marketingul turistic (note de curs) Chișinău: Editura USEFS, 2012. 190 p. 5. Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p. 6. Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2010.p. 32 7. Stănciulescu G. Managementul agenției de turism. București: Editura ASE, 2013.p.217. 8. Stănciulescu G., Marin-Petelescu A. Tehnica operațiunilor de turism-studii de caz și probleme. București: Editura ASE, 2008.p.189. 9. Stănciulescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83. 10. Stănciulescu G., OlimpiaState. Tehnica operațiunilor de turism intern și internațional. București: Editura C. H. Beck, 2013.p.425.. 11. Зорин В. Профессиональное образование и карьера в туризме. Москва: Советский Спорт, 2005, с. 1-112,161. 12. Ильина Е. Туроперейтинг: Организация деятельности. - Москва: Финансы и статистика, 2011. 13. Косолапов А. Менеджмент в туристской фирме. - Москва: КНОРУС, 2007.с.104. 14. Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2010. 15. Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. с.45. 16. Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014.с. 237. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Turism montan					
Titularul cursului		Onoi Mihail/Barber Vladimir					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.A.30	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turism montan” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a organiza și desfășura activități turistice în spațiul montan;<input type="checkbox"/> obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea organizării activităților turistice în spațiul montan cu diverse grupe de turiști;<input type="checkbox"/> obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea teoretică și practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea marșurilor turistice montane; Gestionarea informațiilor cu privire la organizarea și desfășurarea marșurilor și competițiilor la turismul montan; Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a turiștilor pentru practicarea turismului montan; Proiectarea unor trasee turistice montane; Susținerea și promovarea organizării marșurilor turistice montane; Asigurarea securității turiștilor în marșurilor turistice montane. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul pregătirii turiștilor pentru practicarea turismului montan; Aplicarea procedurilor tehnice și tactice în corespundere cu specificul turismului montan; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul montan (aspecte esențiale în pregătirea cadrelor în domeniul turismului sportiv).
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei turism montan (tehnica și tactica turismului montan, altimetru, colțari etc.); ➤ să identifice particularitățile de organizare și dirijare a turismului montan; ➤ să caracterizeze obiectivele principale ale pregătirii turiștilor care practică turismul montan; ➤ să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului în timpul marșurilor turistice montane; ➤ să cunoască metodele și procedeele de învățare a exercițiilor pentru pregătirea fizică generală și specială în turismul montan; ➤ să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedurilor tehnice și tactice în turismul montan; ➤ să participe, organiza salvarea, transportarea și acordarea primului ajutor în cazul accidentelor în spațiul montan. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze un plan de pregătire a turiștilor către un marș turistic montan; ➤ să elaboreze un itinerar turistic la munte, care să cuprindă vizitarea obiectivelor turistice de pe traseu; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de inițiere și tehnologice în cadrul stațiilor, cluburilor și secțiilor de turism unde se practică turismul montan; ➤ să explice corect procedeele tehnice utilizate în turismul montan; ➤ să desfășoare o lecție de antrenament la turismul montan, conform proiectului didactic; ➤ să interpreteze corect salvarea, transportarea și acordarea primului ajutor accidentaților în spațiul montan. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ☐ să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice pe care le va desfășura; ☐ să explice esența și să descrie conținutul turismului montan; ☐ să acționeze eficient în cazurile în care este necesar asigurarea securității

	<p>turiștilor în turismul montan; să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; să explice și să execute expresiv procedeele tehnice de bază în turismul montan; să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Turismul montan - definiții, tipuri și particularități	4	2		2
	2	Echipamentul pentru marșurile turistice montane	4	2		2
	3	Tehnica și tactica turismului montan	6	3		3
	4	Particularitățile de organizare și desfășurare a marșurilor turistice montane	4	2		2
	5	Bivuacurile turistice și alimentația în cadrul marșurilor turistice montane	4	2		2
	6	Regulamentul competițiilor la tehnica turismului montan	4	2		2
	7	Particularitățile de asigurare a securității în marșurile turistice montane	4	2		2
	8	Caracteristica formelor de practicare a turismului montan			2	2
	9	Infrastructura și marcajele turistice în ariile montane			2	2
	10	Obstacolele în cadrul traseelor turistice montane			2	2
	11	Nodurile turistice utilizate în turismul montan			2	2
	12	Echipamentul pentru turismul montan			2	2
	13	Tehnica turismului montan			2	2
	14	Tactica turismului montan			2	2
	15	Elementele tehnice și tactice privind traversarea reliefului muntos			2	2
	16	Crearea distanțelor pentru competițiile la turismul montan			2	2
	17	Pregătirea fizică și psihică pentru desfășurarea activităților turistice montane			2	2
	18	Particularitățile de arbitraj la tehnica turismului montan			2	2
	19	Aspecte meteorologice necesare în activitățile turistice montane			2	2
	20	Semnele de alarmă în munți			2	2
	21	Lucrările de salvare și acordarea ajutorului medical în turismul montan			2	2
	22	Elemente tehnice și tactice privind asigurările			2	2
	Total		90	15	30	45
	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul, seminarul/lecțiile practice</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică, dezbateri</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată</i>. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza</i></p>					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p><i>cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite <i>activități frontale, activități de grup, activități individuale</i>.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și îndeplinirea procedurilor tehnice individuale la turismul montan, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind modul de organizare și dirijare a unei activități în spațiul montan ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anghel M. Drumetie montană în familie. Editor: Asociația de Educație și Cultură Outdoor (AECO), 2016. 180 p. 2. Crăciun G., Gogan V., Berlinschii I., Hîncu A. Tehnica turismului montan (concretizări și sugestii vis-a-vis de arbitraj). Chișinău: UCCM&SOTT, 2011. 40 p. 3. Diaconu D., Săndulache I. Ghidul excursiilor montane. Editura Universitară, 2014. 189 p. 4. Dumbravă V. Cartea munților. București: Editura România pitorească, 2015. 160 p. 5. Maftai I. ABC turistic montan. Colecția Hexagon. Editura Polirom, 2003. 160 p. 6. Mititeanu D. Hoinari prin munți. Editura: România Pitorească, 2019. 304 p. ISBN: 978-606-94518-4-7. 7. Munteanu A., Nedelea A., Milian N. Avalanșele (condiții, tipuri, riscuri). Editura Universitară, 2012. 195 p. 8. Săcărea N. Ultima lungime. București: Editura România pitorească, 2014. 158 p. 9. Sîrbu M. Cronica Salvamont. 50 de ani de Salvamont în România. Ediție revăzută și adăugită. Editura: România Pitorească, 2019. 448 p. ISBN: 978-606-94518-6-1. 10. Stoica P., Stroe C. Turism montan și orientare. Craiova: Editura ACSA, 1994. 	

11. Surugiu C., Frenț C., Surugiu M., Dincă A. Analiza și evaluarea vulnerabilității și capacității de adaptare la schimbările climatice în sectorul turistic. Editura Universitară, 2012. 276 p.
12. Winter Ș. Cățărări și bouldering. Tehnici de cățărare și asigurare pentru începători. Editura: M.A.S.T., 2014. 144 p. ISBN: 978-606-649-045-0.
13. Алексеев А. Питание в походе. Москва, 2007.
14. Алексеев А. Горообразование и горный рельеф. Москва, 1999.
15. Биржаков М., Казаков М. Безопасность в туризме. Москва, 2007. 208 с.
16. Булашев А. Спортивный туризм. Учебник. Харьков: Издательство ХГАФК 2004.
17. Виды горного экстремального туризма (<http://tourlib.net/statti5/vidy-gornogo-ekstremalnogo-turizma.htm> -29.06.2017).
18. Захаров П. Инструктору альпинизма. Москва, 2001. 280 с.
19. Михайлов Б. Туризм и профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. Москва, 2006. 160 с.
20. Построение горных дистанций для туристских соревнований (http://tourlib.net/statti_tourism/distancia.htm)
21. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство „Советский Спорт”, 2014. 424 с.
22. Хаттинг Г. Скалолазание: базовое руководство по снаряжению и техническому оснащению. Москва, 2006. 90с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Turism pedestru					
Titularul cursului		Onoi Mihail/Barber Vladimir					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.A.31	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turism pedestru” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a organiza și desfășura activități turistice pedestre; <input type="checkbox"/> obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea organizării activităților turistice pedestre cu diverse grupe de turiști; <input type="checkbox"/> obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea teoretică și practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea marșurilor turistice pedestre; Gestionarea informațiilor cu privire la organizarea și desfășurarea marșurilor și competițiilor la turismul pedestru; Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a turiștilor pentru practicarea turismului pedestru; Proiectarea unor trasee turistice pedestre; Susținerea și promovarea organizării marșurilor turistice pedestre; Asigurarea securității turiștilor în marșurilor turistice pedestre. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul pregătirii turiștilor pentru practicarea turismului pedestru; Aplicarea procedeele tehnice și tactice în corespundere cu specificul turismului pedestru; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul pedestru (aspecte esențiale în pregătirea cadrelor în domeniul turismului sportiv).
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei turism pedestru (tehnica și tactica turismului pedestru, corzi paralele, suspendate etc.); ➤ să identifice particularitățile de organizare și dirijare a turismului pedestru; ➤ să caracterizeze obiectivele principale ale pregătirii turiștilor care practică turismul pedestru; ➤ să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului în timpul marșurilor turistice pedestru; ➤ să cunoască metodele și procedeele de învățare a exercițiilor pentru pregătirea fizică generală și specială în turismul pedestru; ➤ să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeele tehnice și tactice în turismul pedestru; ➤ să participe, organiza salvarea, transportarea și acordarea primului ajutor în cazul accidentelor în turismul pedestru. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze un plan de pregătire a turiștilor către un marș turistic pedestru; ➤ să elaboreze un itinerar turistic pedestru, care să cuprindă vizitarea obiectivelor turistice de pe traseu; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de inițiere și tehnologice în cadrul stațiilor, cluburilor și secțiilor de turism unde se practică turismul pedestru; ➤ să explice corect procedeele tehnice utilizate în turismul pedestru; ➤ să desfășoare o lecție de antrenament la turismul pedestru, conform proiectului didactic; ➤ să interpreteze corect salvarea, transportarea și acordarea primului ajutor accidentaților în turismul pedestru. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice pe care le va desfășura; ➤ să explice esența și să descrie conținutul turismului pedestru; ➤ să acționeze eficient în cazurile în care este necesar asigurarea securității

	turiștilor în turismul pedestru; ➤ să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; ➤ să explice și să execute expresiv procedeele tehnice de bază în turismul pedestru; ➤ să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Turismul pedestru - definiții, tipuri și particularități	4	2		2
	2	Echipamentul pentru marșurile turistice pedestre	4	2		2
	3	Tehnica și tactica turismului pedestru	6	3		3
	4	Particularitățile de organizare și desfășurare a marșurilor turistice pedestre	4	2		2
	5	Bivuacurile turistice și alimentația în cadrul marșurilor turistice pedestre	4	2		2
	6	Regulamentul competițiilor la tehnica turismului pedestru	4	2		2
	7	Particularitățile de asigurare a securității în marșurile turistice pedestre	4	2		2
	8	Caracteristica formelor de practicare a turismului pedestru			2	2
	9	Infrastructura și marcajele turistice în turismul pedestru			2	2
	10	Obstacolele în cadrul traseelor turistice pedestre			2	2
	11	Nodurile turistice utilizate în turismul pedestru			2	2
	12	Echipamentul pentru turismul pedestru			2	2
	13	Tehnica turismului pedestru			2	2
	14	Tactica turismului pedestru			2	2
	15	Elementele tehnice și tactice privind traversarea reliefului în turismul pedestru			2	2
	16	Crearea distanțelor pentru competițiile la turismul pedestru			2	2
	17	Pregătirea fizică și psihologică în turismul pedestru			2	2
	18	Particularitățile de arbitraj la tehnica turismului pedestru			2	2
	19	Aspecte meteorologice necesare în activitățile turistice pedestre			2	2
	20	Alimentația în turismul pedestru			2	2
	21	Lucrările de salvare și acordarea ajutorului medical în turismul pedestru			2	2
	22	Elemente tehnice și tactice privind asigurările			2	2
	Total		90	15	30	45
	Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul, seminarul/lecțiile practice</i> . Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică, dezbateri</i> , poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată</i> . Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza</i>					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p><i>cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite <i>activități frontale, activități de grup, activități individuale</i>.</p>											
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și îndeplinirea procedurilor tehnice individuale la turismul montan, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind modul de organizare și dirijare a unei activități în spațiul montan ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Crăciun G. Tehnica turismului pedestru: restricții regulamentare față de inventar și de executarea unor procedee tehnice Chișinău, 2007. 44 p. ISBN 978-9975-68-061-5. 2. Onoi M., Mindrigan V. Particularitățile traseelor de concurs la tehnica turismului pedestru în perioada de iarnă. In: <i>Știința Culturii Fizice</i>. 2017, nr. 28(2), pp. 42-46. ISSN 1857-4114. 3. Onoi M., Grosu M., Mindrigan V. Particularitățile de utilizare de către cadrele didactice a elementelor tehnice din turismul pedestru în lecțiile de educație fizică cu elevii din ciclul gimnazial. În: <i>Conferința Științifică Internațională „Problemele acmeologice în domeniul Culturii fizice”</i>, ediția – I. Chișinău: USEFS, 2019, p. 38-42. 4. Зотова Н. Все о выживании в походе. Азбука туриста. Харьков: Издательство „Ранок”, 2010, с. 21-26. 5. Кодыш Э. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. Москва, 1990. 176 с. ISBN 5-278-00174-7. 6. Махов С. Организация безопасности активного туризма. Учебно-методическое пособие для высшего профессионального образования. Академия безопасности и выживания, 2014. 7. Махов С. Основы активного туризма. Издательство: МАБИВ, 2020. 190 с. 8. Михайлцев В. Спорт и туризм – здоровый образ жизни. 2020. 40 с. ISBN 978-5-0051-2564-4. 9. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. 											

	<p>Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 424 с.</p> <p>10. Федотов Ю. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник. Москва: Издательство «Советский спорт», 2004. 364 с.</p> <p>11. Ямалов О. Trails of Carpathians. Hiking and trekking in the Ukrainian Karpaty. Издательство: Фолио, 2019. 512 с.</p>
--	--



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Turism nautic					
Titularul cursului		Stepanova Natalia/ Onoi Mihail					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.O.32	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turism nautic” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><input type="checkbox"/> obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a organiza și desfășura activități turistice nautice;<input type="checkbox"/> obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea organizării activităților turistice nautice cu diverse tipuri de ambarcațiuni și cu diverse contingente de turiști;<input type="checkbox"/> obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea teoretică și practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea marșurilor turistice nautice; Gestionarea informațiilor cu privire la organizarea și desfășurarea marșurilor și competițiilor la turismul nautic; Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a turiștilor pentru practicarea turismului nautic; Proiectarea unor trasee nautice pe râurile Republicii Moldova; Susținerea și promovarea organizării marșurilor turistice nautice; Asigurarea securității turiștilor în marșurilor turistice nautice. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul pregătirii turiștilor pentru practicarea turismului nautic; Aplicarea procedeele tehnice și tactice în corespundere cu specificul turismului nautic; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul nautic (aspecte esențiale în pregătirea cadrelor în domeniul turismului sportiv).
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> să definească noțiunile principale ale disciplinei turism nautic (tehnica și tactica turismului nautic, chester, canoe, kayak); □ să identifice particularitățile de organizare și dirijare a turismului nautic; □ să caracterizeze obiectivele principale ale pregătirii turiștilor care practică turismul nautic; să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului în timpul marșurilor turistice nautice; □ să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului; □ să cunoască metodele și procedeele de învățare a exercițiilor de înot; □ să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeele sportive și înotul aplicativ în cadrul structurii lecției de înot; □ a participa, organiza salvarea de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> □ să elaboreze un plan de pregătire a turiștilor către un marș turistic nautic; □ să elaboreze un itinerar turistic pe apă care să cuprindă vizitarea obiectivelor turistice; □ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de inițiere și tehnologice în cadrul stațiilor, cluburilor și secțiilor de turism unde se practică turismul nautic; □ să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație; coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; □ să desfășoare etapa pregătitoare ale lecției de înot pe uscat conform proiectului didactic; □ să interpreteze corect salvarea de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> □ să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice pe care le va desfășura; □ să explice esența și să descrie conținutul turismului nautic; □ să acționeze eficient în cazurile în care este necesar asigurarea securității

	turiștilor în turismul nautic; să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; să explice și să execute expresiv exercițiile de înot; să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative.					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Turismul nautic - definiții, tipuri și particularități	4	2		2
	2	Echipamentul pentru marșurile turistice nautice	4	2		2
	3	Tehnica și tactica turismului nautic	6	3		3
	4	Obstacolele de bază în cadrul marșurilor turistice nautice	4	2		2
	5	Bivuacurile turistice și alimentația în cadrul marșurilor turistice nautice	4	2		2
	6	Regulamentul competițiilor la tehnica turismului nautic	4	2		2
	7	Particularitățile de asigurare a securității în marșurile turistice nautice	4	2		2
	8	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, pe spate, bras în coordonare cu respirația			2	2
	9	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate, bras în coordonare cu respirația			2	2
	10	Perfecționarea tehnicii înotului în procedeul craul pe piept, craul pe spate bras, în coordonare deplină			2	2
	11	Învățarea și perfecționarea tehnicii procedeului aplicativ de înot pe o parte			2	2
	12	Învățarea și perfecționarea tehnicii procedeului aplicativ de înot bras pe spate			2	2
	13	Învățarea tehnicii scufundărilor în adâncime, lungime și a plonjărilor în procedeele bras și craul pe piept			2	2
	14	Învățarea tehnicii procedeele de transportare și de eliberare a înțeleștărilor victimei			2	2
	15	Învățarea tehnicii de eliberare de înțeleștările victimei			2	2
	16	Salvarea de la înec			2	2
	17	Cazurile periculoase pe apă și regulile de comportare în situațiile extreme			2	2
	18	Înotul în situații extreme			2	2
	19	Depășirea obstacolelor pe apă			2	2
	20	Înotul în apă după căderea din barcă			2	2
	21	Mijloace de salvare și aplicarea lor			2	2
	22	Învățarea jocurilor și a ștafetelor, care contribuie la consolidarea abilităților de înot în condiții complicate			2	2
	Total		90	15	30	45
	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul/lecțiile practice. Cursul este organizat sub forma de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masa rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>											
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și îndeplinirea procedurilor tehnice la turismul nautic, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind modul de organizare și dirijare a unei activități nautice ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Iamandi Ș., Țileagă O., Boboc V., Spârlea D. Cartea Federației Române de Natație și Pentatlon Modern. București, 2012. 348 p. Kari G. Înot Curs în tehnologie IFR. București: Fundației România de mâine, 2012. 80 p. Maglisco E. Să înotăm mai repede. București, 2000. 288 p. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău: Totex-Lux, 2014. 291 p. Rîșneac B., Solonenco G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău: Totex-Lux, 2013. 159 p. Rîșneac B., Solonenco G. Metodica instruirii și antrenamentului în natație. Chișinău: Totex-Lux, 2017. 223 p. Schuster I. Manual metodic. Federația Română de Natație. București, 2000. 300 p. Stepanova N., Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotătorilor în înot. Revista „Teoria și arta educației fizice în școlă”, N3. Chișinău, 2015, p.66-69. Булашев А. Спортивный туризм. Учебник. Харьков: Издательство ХГАФК 2004. Булгакова Н. Плавание. Учебник для ВУЗов. Москва: ФиС, 2001. Булгакова Н. Плавание. (Азбука спорта). Москва: ФиС, 1999. 											

12. Булгакова Н. Познакомьтесь – плавание. Москва: Астрель, 2002.
13. Булгакова Н., Попов О., Распопова Е. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014. 319 с.
14. Веткин В. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. Издательство: «Советский Спорт», 2011. 208 с.
15. Водный туризм на Урале. Издательство: Путеводители Репейник, 2014. 336 с.
16. Ганчар И. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса: Друк, 2006.
17. Григорьев В. Водный туризм. Москва: Профиздат, 1990. 304 с.
18. Каретников В.В., Ефимов К. И., Мокрозуб О. И. Картография водного транспорта. Учебное пособие. Издательство: Моркнига, 2019 г. 184 с. ISBN: 978-5-903040-40-7
19. Макаренко Л. Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. Москва: Всероссийская федерация плавания, 2000.
20. Набоков А., Асеева Е. Влияние водного туризма на утверждение нравственных норм в коллективе. Научно-методический электронный журнал «Концепт», 2016. – № S3, с. 66-70.
21. Нечунаев И. Плавание. Книга-тренер. Москва: ЭКСМО, 2012. 274 с.
22. Платонов В. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с.
23. Платонов В., Абсалямов Т., Булатова М., Булгакова Н. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта. / Киев: Олимпийская литература, 2000. 495 с.
24. Платонов В. Спорт высших достижений и подготовка национальных команд к Олимпийским играм. Отечественный и зарубежный опыт: история и современность. Москва: Советский Спорт, 2012, с.278-408.
25. Раеский Р., Петелкаки В. Плавание. Одесса: Наука и техника, 2005. 326с.
26. Ренстрёма П. Спортивные травмы: основные принципы профилактики и лечения. Киев: Олимпийская литература, 2002. 378 с.
27. Ромашков Е., Пятышев Р., Филатов В., Дубровский А. Водный туризм. Издательство: Физкультура и спорт, 1968. 208 с.
28. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания. Москва: Евро Менеджмент, 2015. 248с.
29. Степанова Н. Исследование основных средств и методов совершенствования старта в плавании Materialele congresului științific internațional “Sport, Olipism, Sănătate” . Chișinău : USEFS, 05-08.10. 2016, Vol. II, p. 320-325.
30. Степанова Н., Нинику А. Развитие специальной выносливости юных пловцов-спринтеров. Materialele. Congresului științific Internațional, Ediția a II-a Chișinău, Moldova 26-27 octombrie, 2017, p. 129.
31. Степанова Н., Постика С. Методика подготовки брассисток высокой квалификации. Materialele Congresului științific Internațional, Ediția a II-a. Chișinău, Moldova 26-27 octombrie, 2017, p. 130.
32. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство „Советский Спорт”, 2014. 424 с.
33. Таормина Ш. Секреты быстрого плавания для пловцов и триатлетов. Москва: Манн, Иванов и Фербер, 2013. 182с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Gestiunea resurselor turistice					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F.05. O.34	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Gestiunea resurselor turistice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum disciplinar „Gestiunea resurselor turistice” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a utiliza resursele turistice ale Republicii Moldova în procesul de „asamblare” a produsului turistic și excursiilor, identifica atribuțiile organelor competente, care se ocupă cu gestionarea resurselor turistice la nivel național și regional, gestiona resursele turistice. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoretice în gestionarea resurselor turistice din Republica Moldova;• Gestionarea informațiilor cu privire la instituțiile competente, care gestionează cu resursele turistice din Republica Moldova;• Analiza resurselor turistice în contextul selectării acestora pentru anumite produse turistice sau excursii;• Proiectarea unor trasee pe teritoriul Republicii Moldova, care să cuprindă diverse reurse turistice (culturale, hidrografice, de relief etc.);• Susținerea și promovarea valorificării și ecologizării resurselor turistice naționale.						

	<p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice privind utilizarea resursele naturale, de relief, culturale etc., în industria turistică; • Identificarea resurselor necesare conform tipului de excursii; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește gestionarea resurselor turistice.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <p>⇒ să definească noțiunile principale ale disciplinei gestiunea resurselor turistice (resurse naturale, resurse antropice, rezervație naturală, parc național, arie naturală, monument al naturii, rezervație peisajistică, rezervații de resurse, arie cu management multifuncțional, rezervație a biosferei, grădină botanică, grădină dendrologică, monument de arhitectură peisajeră, grădină zoologică etc.);</p> <p>⇒ să cunoască principalele grupuri de resurse turistice de pe teritoriul Republicii Moldova;</p> <p>⇒ să caracterizeze tipurile de resurse turistice depistate pe teritoriul Moldovei;</p> <p>⇒ să identifice specificul utilizării acestor resurse în programa unui itinerariu turistic;</p> <p>⇒ să identifice grupele de turiști, care ar fi disponibili să viziteze fiecare din resursele studiate.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să conștientizeze importanța resurselor turistice pentru industria turistică autohtonă; ➤ să efectueze analiza profesională a resurselor turistice ale țării; ➤ să dezvolte capacitățile de prezentare a resurselor turistice turistice în timpul excursiilor; ➤ să elaboreze un itinerar turistic, care să cuprindă vizitarea unor resurse turistice de pe teritoriul Republicii Moldova; ➤ să determine importanța fiecărei resurse turistice pentru activitatea turistică autohtonă; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul marșurilor turistice și excursiilor efectuate în diverse zone ale Republicii Moldova. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ formarea atitudinii pozitive despre patrimoniul turistic al Republicii Moldova; ▪ trezirea interesului și dorinței de a cunoaște plaiul natal; ▪ utilizarea informației obținute în rezultatul practicii de teren în preajma diverselor resurse turistice; <p>la asamblarea unui produs turistic, să combine resursele turistice cu alte resurse (economice, sociale etc.).</p>					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Potențialul turistic – definiție și tipologie	2	2	2	4
	2.	Resursele turistice naturale ale Republicii Moldova	2	2	2	2
	3.	Resursele reliefului cu caracter turistic din Republica Moldova	2	2	2	2
	4.	Bioclimatul și resursele climatice utilizate în turism	2	1	2	4
	5.	Resursele turistice hidrografice din Republica Moldova	2		2	5
	6.	Resursele faunistice din Republica Moldova	2	1	2	4
	7.	Resursele vegetale din Republica Moldova	2	1	2	2

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	8.	Natura protejată din Republica Moldova	2		2	4
	9.	Patrimoniul turistic antropic	2		2	4
	10.	Criterii de analiză a resurselor turistice		2	2	4
	11.	Monumente de arhitectură de pe teritoriul Republica Moldova		1	4	2
	12.	Resursele turistice la nivel de regiuni în Republica Moldova		1	2	4
	13.	Activitatea autorităților, care gestionează resursele turistice ale Republicii Moldova		2	4	4
	Total			90	15	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul, seminarul</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică, dezbateri</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată</i>.</p> <p>Seminarul, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite <i>activități frontale, activități de grup, activități individuale</i>.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminar, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare) cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind marketingul și brandingul destinațiilor turistice și a altor aspecte ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
1. Legea cu privire la organizarea și desfășurarea activității turistice în Republica Moldova, nr 965-IV, din 24.11.2006 // Monitorul Oficial nr.14 - 17(2001-2004), 2.02.2007 (cu modificări LP172-XVI din 10.07.08, MO134-137/25.07.08, art.543 și						

**Referințe
bibliografice**

- LP280-XVI din 14.12.07, MO94-96/30.05.08, art.34).
2. Legea Republicii Moldova privind fondul ariilor naturale protejate de stat Nr.1538-XIII din 25.02.98 //Monitorul Oficial al R.Moldova nr.66-68 din 16.07.1998.
 3. Baci N. Dinamica și tipologia peisajului. Note de curs. Cluj-Napoca: Bioflux, 2014. 100p.
 4. Bâzgu E. Influențe orientale în arhitectura vernaculară de piatră din zona Orheiul Vechi. În: Diversitatea expresiilor culturale ale habitatului tradițional. Chișinău: Ed. Cartdidact, 2007, p. 40-51.
 5. Băltărețu A. Resurse și destinații turistice. București: Editura Universitară, 2015.
 6. Băltianu I. Împletitul în nuiiele. În: Diversitatea expresiilor culturale ale habitatului tradițional. Chișinău: Ed. Cartdidact, 2007, p. 113-120.
 7. Budianschi D., ș.a. Eficiența și transparența utilizării resurselor fondului forestier. Chișinău: Centrul analitic independent Expert-Grup, 2013. 88 p.
 8. Buzilă V. Costumul popular din Republica Moldova. Ghid Practic. Chișinău: Reclama S.A., 2011. 159 p.
 9. Cartea roșie a Republicii Moldova. Ediția a 3-a. Chișinău, 2015. 492 p.
 10. Cocean P., David, N. Peisajele Culturale. Cluj-Napoca: Risoprint, 2014. 213 p.
 11. David A., (coaut.). Ariile naturale protejate din Moldova. Vol. 1. Monumente ale naturii: geologice, paleontologice, hidrologice, pedologice. Chișinău, 2014. 176 p.
 12. Drăguț L. Geografia peisajului. Cluj: Ed. Presa Universitară Clujeană, 2000. 295 p.
 13. Eșanu A. Mănăstiri și schituri din Republica Moldova. Studii enciclopedice. Chișinău, 2012.
 14. Florea S. Potențialul turistic al Republicii Moldova. Chișinău: Labirint 2005. 352 p.
 15. Ladaniuc V., Țopa T. Localitățile Republicii Moldova. Vol. 5. Chișinău: Fundația „Draghiștea”, 2005. 632 p.
 16. Mihăilescu C., ș.a. Mediul geografic al Republicii Moldova. Vol 1. Resursele naturale. Chișinău: Știința, 2007. 184 p.
 17. Miron V. Managementul resurselor turistice din mediul rural al Republicii Moldova. Autoreferatul tezei de doctor în economie. Chișinău, 2006. 22 p.
 18. Miron V., Tomița P. Managementul resurselor turistice din Republica Moldova. Chișinău, 2007. 167 p.
 19. Mironov I. Evoluția valorificării resurselor naturale și modificările în mediul geografic în Republica Moldova. Teză de doctor. Chișinău, 2000. 154 p.
 20. Moldova-locuri și monumente sacre știute și mai puțin știute. Chișinău, 2008.
 21. Moscovici S. Despre natură . Chișinău, 2004. 242 p.
 22. Natura rezervației „Plaiul Fagului”. Chișinău, 2012. 432 p.
 23. Neașu N., (coaut.). Resurse și destinații turistice interne și internaționale. București: Editura Universitară, 2011. 682 p.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Tehnici de negocieri și comunicarea de afaceri în turism					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.05.O.35	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	90	
Nota de prezentare	<p>În contextul realizării reformelor învățământului din Republica Moldova, curriculumul la disciplina „<i>Tehnici de negocieri și comunicarea de afaceri în turism</i>” constituie o parte componentă a Planului de învățământ al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, la ciclul I, studii superioare de licență.</p> <p>Disciplina „<i>Tehnici de negocieri și comunicarea de afaceri în turism</i>” face parte din planul de învățământ și urmărește scopul familiarizării studenților cu principiile și aspectele negocierilor în diverse domenii, cu funcțiile comunicării și negocierii, cu metode și tehnici de negociere, cu documentele din sistemul de management al calității în domeniul negocierii, cu sistemele de asigurare a calității la catedra Natație și Turism, Universitatea de Stat de Educație fizică și Sport .</p> <p>Transformările profunde ce au loc în societatea contemporană, impun noi rigori și obiective instituției superioare de învățământ. Astfel Curriculumul disciplinei „<i>Tehnici de negocieri și comunicarea de afaceri în turism</i>” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile referințe bibliografice de bază didactice în sfera antreprenorialului turistic,</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării social-economice. Curriculumul universitar este o premisă a asigurării calității procesului de învățământ în pregătirea cadrelor calificate, cu scopul sporii capacității de concurență în deservirea turiștilor locali și străini, pregătirea specialistului în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniu, servicii hoteliere, turism și agrement.</p>						

	<p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic aplicativ în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul turismului în sistemul de management al negocierilor; • Abilitatea de autoinstruire a negocierilor comerciale pe arena internațională și națională în industria turismului; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de analiză a negocierilor în derularea unei afaceri; • Proiectarea strategiilor manageriale în contextele , tehnici și tactici în tratativele de negocieri comerciale; • Favorizarea soluționării problemelor în sistemul de management al negocierilor; • Dezvoltarea abilităților de comunicare în afacerile de turism; • Asigurarea unui management efektiv pe arena negocierilor și afaceri în turism. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „ <i>Tehnici de negocieri și comunicarea de afaceri în turism</i>” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul turismului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalilor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale negocierilor . • Aprecierea corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute, să poată negocia cu partenerii din diferite domenii.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să fundamenteze conceptele, managementului negocierilor; • să determine funcțiile de bază ale managementului negocierilor ; • să se familiarizeze cu metodele și tehnicile de negociere; • să cunoască diverse instrumente de negociere; • să posede tratative și comunicări în cadrul negocierilor; • să cunoască tipurile de strategii utilizate în afaceri; • să determine caracteristicile unei afaceri; • să identifice aspectele teoretice ale comunicării; • să cunoască principiile de elaborare a actelor oficiale în derularea unei afaceri. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să analizeze, să generalizeze și să explice sistemul procesual al negocierilor; • să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; • să determine categoriile și tipurile de strategii utilizate în afaceri • să determine rolul și funcțiile conceptul negocierii și clasificarea negocierilor comerciale; • să utilizeze competențele personale și de comunicare în procesul de negociere cu clienții; • să utilizeze competențele, de comunicarea în afacerile de turism; • să elaboreze proiecte de dezvoltare managerială în derularea unei afaceri; • să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea managerială. <p style="text-align: center;"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să manifeste, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul turismului; • să explice esența și structura activității negocierilor comerciale în echipa de negociatori; • să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sfera de comunicare profesională; • să comunice și să acționeze eficient la negocierea afacerilor, încheierea contractelor cu furnizorii de deservire, clasele comerciale și economice;

	<ul style="list-style-type: none"> • să contribuie la satisfacerea clientului după procesul de negociere; • să respecte particularitățile și formalitățile turistice pe piața turistică națională și internațională; • să conștientizeze importanța însușirii tehnicilor de negociere și de comunicare de afaceri pentru activitatea ulterioară în domeniul serviciilor hoteliere, al turismului și agrementului. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conceptul negocierii și clasificarea negocierilor comerciale	2	2	1	2
	2	Crearea climatului adecvat pentru finalizarea cu succes a unei negocieri	2	2	1	4
	3	Pregătirea negocierilor comerciale, echipa de negociatori.	2	2	2	4
	4	Conceptul de comunicare, comunicarea	2	2	1	2
	5	Forme și modalități de comunicare	2	2	2	4
	6	Desfășurarea tratativelor și comunicarea în cadrul negocierilor	2	2	2	4
	7	Argumentarea și combaterea obiecțiilor partenerilor	2	2	1	5
	8	Strategii, tehnici și tactici în tratativele de negocieri comerciale	2	2		4
	9	Instrumente specifice negociatorilor	2	2		2
	10	Forme de negociere în cadrul comunicării	2		1	4
	11	Psihologia negocierilor, Personalitatea negociatorului	2	2	1	2
	12	Negocierea în afaceri, caracteristicile unei afaceri	2	1	1	2
	13	Afacerea, categorii și tipuri de strategii utilizate în afaceri	2	2		4
	14	Negocierea în derularea unei (mici) afaceri	2	2	1	2
15	Rolul comunicării în afacerile de turism	2	2	1	2	
	Total		90	30	15	45
sugestii metodologice de predare-învățare	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul</i> și <i>seminarul</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică</i>, <i>dezbatere</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbatere</i>, <i>curs practic – aplicativ</i>, <i>prelegere problematizată</i>. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: <i>seminare de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului</i>, <i>de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare</i>; <i>dezbatere</i>, <i>braistorming</i>, <i>în baza cercetării</i>, <i>a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea</i>, <i>explicația</i>, <i>dialogul</i>, <i>prezentarea</i>, <i>lucrul în grup</i>, <i>masă rotundă</i>, <i>metoda Piramidei</i>, <i>Jigsaw (Mozaicul)</i>, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predare cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică</i>, <i>conversația didactică</i>, <i>demonstrația</i>, <i>lucrul cu actele normative</i>, <i>modelarea didactică</i>, <i>problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în PP a studiilor de caz a sistemelor sociale a statelor, selectate la libera alegere a studenților, asupra subsistemelor (natural-material, administrativ, politic, economic, cultural) diferite <i>activități frontale</i>, <i>activități de grup</i>, <i>activități individuale</i>.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială</i>, <i>curentă</i> și <i>finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu</i>,</p>					

<p>Strategii de evaluare a rezultatelor academice</p>	<p><i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> Bacanu B. Managementul strategic în turism: concepte și studii de caz. Iași: Polirom, 2009. Cohen Herb - Orice se poate negocia, Editura Colosseum, București, 1995 Curry, Jeffrey Edmund – <i>Negocieri internaționale de afaceri</i>, București, Editura Teora, 2000; Dinu, M, Comunicarea - repere fundamentale, Editura Științifică, București, 1997 Dragnea L., Copețchi M., Andrei R. Manual de tehnici operaționale în activitatea de turism. București: IRECSON, 2012.p. 98. Gulea, Micaela - Strategii, tactici și tehnici de negociere, ASE,Bucuresti,2015 Mattock, John Ehrenborg – <i>Cum să devii un bun negociator</i>, București, Editura All Beck, 2011; Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiunilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p. Neamțu Adina, Neamțu Liviu, - Comunicare, negociere și relații publice în afaceri, Editura „Academica Brâncuși”, Tg-Jiu, 2009 Onoi M., Mindrigan V., Berzan S. Marketing turistic. Chișinău: USEFS, Prag 3, 2012. Prutianu Ștefan – Manual de comunicare și negociere în afaceri, vol. II. – Negocierea, Editura Polirom, Iași, 2017 Roland L. Managerul începător: ghid de reușită în noul post. Trad. De Gabriela Sandu. Iași: Polirom, 2010.p. 32 Stănciulescu G., Micu C. Economie și gestiune în turism: probleme, proiecte și studii de caz. București: Editura C. H. Beck, 2009. p.83. Voiculescu Dan – Negocierea – formă de comunicare în relațiile interumane, Editura Științifică, București, 2011 Мохова Ю., Мохов Г. Турфирма: с чего начать, как преуспеть. СПб.: Питер, 2015. Таймазов В., Федотов Ю. Теория и методика спортивного туризма. Учебник. Гриф УМО. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2014. 424 с. Тимохина М. Организация приема и обслуживания туристов. Москва: Издательский ДОМ ФОРУМ: ИНФРА-М, 2008. с.45. Чудновский А. Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве. 											



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Legislația turistică a Republicii Moldova și internațională					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile/Miron Marina					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.05.O.36	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Cursul “Legislația turistică a Republicii Moldova și internațională” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de studii pentru pregătirea specialiștilor în domeniul turismului, în cadrul facultății de Pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina “Legislația turistică a Republicii Moldova și internațională” este un document regulator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității capabili să cunoască legislația în domeniul activității lor, particularitățile turismului național, mecanismul de activare a instituțiilor de stat și agenților economici în domeniul dat, drepturile și obligațiile agenților economici și a turiștilor.</p> <p>Din acest motiv considerăm că curriculumul vizat va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p> <p>Disciplina “Legislația turistică a Republicii Moldova” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de studii pentru pregătirea specialiștilor în domeniul turismului.</p> <p>În baza curriculumului stau aspecte teoretice, practice și aplicative în vederea obținerii unor cunoștințe, formării unor abilități practice în sensul cunoașterii legislației în special în domeniul turismului, contextului general care a servit drept fondal pentru formarea acesteia, înțelegerea schimbărilor și rolul lor pentru turismul național.</p>						
	Competențe profesionale:						
	• Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul practicii de inițiere și tehnologice realizate în diverse întreprinderi turistice (legea turistică,agenții de turism, structuri de cazare, alimentație sau transport);						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stabilirea prețurilor la produsele turistice în conformitate cu specificul pieței turistice naționale și internaționale; • Elaborarea planificării strategice în baza activității întreprinderii turistice în care a fost efectuată practica; • Proiectarea unor produse turistice atrăgătoare, capabile de a îngloba toate etapele ciclului de viață a produsului turistic; • Susținerea și promovarea imaginii turistice a țării în plan național și internațional; • Asigurarea unui climat eficient a departamentului de marketing în cadrul agențiilor de turism și structurilor de cazare. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe pe piața turistică a Republicii Moldova; • Delimitarea factorilor care influențează comportamentul consumatorului de servicii turistice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul (în special legislația turistică). 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să prezinte etapele dezvoltării instituțiilor responsabile pentru dezvoltarea turismului național; • Să cunoască principalele documente legislative ce formează cadrul legal pentru dezvoltarea domeniului și rolul fiecăruia pentru dezvoltarea (Lege, Strategie, Normativ, Concept, Hotărâre etc.); • Să identifice principalele proceduri legislative în domeniul turismului. • Să cunoască regulile de protecție consumatorului în general și în special în domeniul turismului. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să determine rolul instituțiilor din domeniul pentru dezvoltarea turismului național; • Să analizeze documentele legislative și să aplice prevederile lor în cazul angajării în domeniul turismului. • Să aplice cunoștințele în pregătirea profesională și perfecționarea cadrelor în industria turistică. • Să dețină abilități de a consulta periodic documentele de legislație națională în domeniul turismului. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să țină cont de particularitățile legislației în sfera turismului; • Să acționeze eficient în situații când nu sunt respectate prevederile legislației naționale în sfera turismului. • Să identifice documentele legislative hotărâtoare pentru dezvoltarea turismului în Republica Moldova și peste hotare. 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
<p align="center">1</p>		<p>Din istoricul dezvoltării cadrului normativ din domeniul turismului</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">2</p>		<p align="center">2</p>
<p align="center">2</p>		<p>Dezvoltarea instituțională și eficiența structurilor de gestionare a domeniului turismului</p>	<p align="center">6</p>	<p align="center">4</p>		<p align="center">2</p>
<p align="center">3</p>		<p>Documentele legislative hotărâtoare pentru dezvoltarea turismului în Moldova</p>	<p align="center">8</p>	<p align="center">4</p>		<p align="center">4</p>
<p align="center">4</p>		<p>Subvenționarea turismului în mediul rural</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">2</p>		<p align="center">2</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	5	Pregătirea profesională și perfecționarea cadrelor în industria turistică din Republica Moldova și internaționale	4	2		2	
	6	Drepturile și obligațiile agenților economici din turism și ale turiștilor	4	2		2	
	7	Protecția consumătorului în industria turistică. Reglementare scoaterii și introducerii bunurilor de pe teritoriul Republicii Moldova de către persoane fizice	6	4		2	
	8	Legislația muncii în turism. Specificul și particularități	6	2		4	
	9	Intersectarea activității turistice și legislației în domeniul migrației	4	2		2	
	10	Reglamentele serviciilor de transport în domeniul turismului	4	2		2	
	11	Rolul și locul asigurărilor în activitatea turistică	4	2		2	
	12	Contractul și voucherul turistic	6	2		4	
	13	Istoricul dezvoltării cadrului normativ din domeniul turismului	4		2	2	
	14	Dezvoltarea instituțională și eficiența structurilor de gestionare a domeniului turismului	8		4	4	
	15	Legislația hotărâtoare pentru dezvoltarea turismului în R.Moldova și peste hotare	6		4	2	
	16	Subvenționarea turismului în mediul rural	4		2	2	
	17	Perfecționarea cadrelor în industria turistică din Republica Moldova	4		2	2	
	18	Drepturile și obligațiile agenților economici din turism și ale turiștilor	4		2	2	
	19	Consumătorul în industria turistică. Reglementare scoaterii și introducerii bunurilor de pe teritoriul Republicii Moldova de către persoane fizice	8		4	4	
	20	Legislația muncii în turism. Specificul și particularitățile ei.	4		2	2	
	21	Intersectarea activității turistice și legislației în domeniul migrației	4		2	2	
	22	Reglamentele serviciilor de transport în domeniul turismului	4		2	2	
	23	Asigurările în activitatea turistică	4		2	2	
	24	Contractul și voucherul turistic	6		2	4	
		Total		120	30	30	60
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și</p>					

	tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare) Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Concepția dezvoltării turismului în Republica Moldova până în anul 2005 – Hotărârea Guvernului Republicii Moldova 912 din 08.10.1997. 2. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 109 din 04.02.2004 privind aprobarea Publicat: 13.02.2004 în Monitorul Oficial Nr. 026 art Nr: 236 /Componenta nominală a Colegiului Departamentului Dezvoltarea Turismului. 3. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 300 din 14 martie 2008 / Colegiul Ministerului Culturii și Turismului. 4. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova Nr. 356 din 03.04.2007 cu privire la crearea Publicat: 06.04.2007 în Monitorul Oficial Nr. 47-49 art Nr: 375/ Agenție pentru administrarea zonelor turistice naționale. 5. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 464 din 29.06.1992/Regulamentul Ministerului Tineretului, Sportului și Turismului al Republicii Moldova. 6. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 550 din 07.06.2005 Publicat: 10.06.2005 în Monitorul Oficial Nr. 80-82 art Nr: 570 /Ministerul Culturii și Turismului. 7. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 705 din 23 iulie 2001/Fondului special pentru promovarea și dezvoltarea turismului. 8. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 827 din 11.07.2003 publicat: 18.07.2003 în Monitorul Oficial Nr. 149 art nr. 865 /Centrul național de instruire continuă în turism. 9. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 851 din 21.12.2009 Publicat: 25.12.2009 în Monitorul Oficial Nr. 191-192 art Nr: 928 /Crearea Agenției Turismului Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 872 din 22.08.2000 Publicat: 31.08.2000 în Monitorul Oficial Nr. 109/Agenție Națională de Turism . 10.Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 90 din 5 februarie 2003/ 	

Departamentul Dezvoltarea Turismului.

11.Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr.979 din 12 august 2008 /Consiliul republican pentru promovarea turismului rural.

12. Legea bugetului de stat pentru anul 2017 nr.279 din 16 decembrie 2016 (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2016, nr.472-477, art.943), cu modificările și completările ulterioare.

13.Legea nr.276 din 16 decembrie 2016 cu privire la principiile de subvenționare a producătorilor agricoli (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2017, nr.67-71, art.93).

14.Legea nr.312 din 20 decembrie 2013 privind grupurile de producători agricoli și asociațiile acestora (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2014, nr.47-48, art.90).

15.Legea nr.352 din 24.11.2006 Cu privire la organizarea și desfășurarea activității turistice în Republica Moldova.

16.Legea turismului nr.798 din 11.02.2000.

17.Programul Național în domeniul turismului "Drumul Vinului în Moldova", Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 554 din 24 mai 2004.

18.Proiect. Lege cu privire la modificarea și completarea Legii cu privire la organizarea și desfășurarea activității turistice în Republica Moldova nr.352-XVI din 24 noiembrie 2006.

19.Regulamentul privind condițiile, ordinea și procedura de acordare a mijloacelor Fondului Național de Dezvoltare a Agriculturii și Mediului Rural.

20.Strategia de dezvoltare a turismului "Turism 2020".

21.Strategia națională de dezvoltare agricolă și rurală pentru anii 2014-2020, aprobată prin Hotărârea Guvernului nr.409 din 4 iunie 2014 (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2014, nr.152, art.451).

22.Strategie de dezvoltare durabilă a turismului în Republica Moldova în anii 2003-2015 Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 1065 din 02.09.2003.

23.Studiul Analiza Diagnostic a sectorului turismului în Republica Moldova în anii 2003 – 2010.

24. Viorel Miron. Alternativa la Strategia de Dezvoltare a Turismului în perioada 2013-2020.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>					
Denumirea cursului		Tehnologia serviciilor hoteliere					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile /Grosu Maria					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.05.O.37	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „<i>Tehnologia serviciilor hoteliere</i>” este concepută pentru realizarea procesului de pregătire a agenților de turism în învățământul profesional tehnic postsecundar, axat pe conceptul de a studia obiective, formarea competențelor de planificare, coordonare și monitorizare a activității structurilor de primire turistică cu funcțiune de cazare în special a hotelului.</p> <p>Parcursul acestei discipline va presupune atât întâlniri față în față, cât și muncă individuală. Astfel, metodele utilizate pe parcursul predării cursului sunt: expunerea teoretică, prin mijloace auditive și vizuale; explicația abordărilor conceptuale; prezentarea de explicații alternative; răspunsuri directe la întrebările studenților. În ceea ce privește activitatea cursanților, se va încuraja participarea activă a studenților prin problematizarea informațiilor prezentate, implicarea în activități de grup, proiecte de cercetare; realizarea analizei unor situații concrete din domeniu pe baza discuțiilor libere de grup a studenților; studii de caz, joc de roluri, soluții alternative.</p> <p>Studentul are libertatea de a-și gestiona singur, fără constrângeri, modalitatea și timpul de parcurgere a cursului. Este însă recomandată parcurgerea succesivă a modulelor prezentate în cadrul suportului de curs, în ordinea indicată și rezolvarea sarcinilor sugerate la finalul fiecărui modul.</p> <p>Servicii hoteliere insuficiente în raport cu dimensiunile cererii sau calitatea lor necorespunzătoare, pe lângă efectele negative asupra odihnei și recreării consumatorilor, vor determina schimbări în destinația veniturilor și disponibilităților de timp și, indirect, scăderi în circulația turistică.</p> <p>Disciplina Tehnologia Serviciilor Hoteliere conturează anumite repere fără de care ființa umană, într-o societate a multidimensiunii informației, nu s-ar putea insera,</p>						

	<p>nu ar putea descifra noul, nu ar putea modela sensul prezent fără a articula trecutul către viitor. De aceea prin parcurgerea acestui curs studentul va putea pătrunde în lumea mirifică a hotelăriei și va dobândi cunoștințe despre apariția noțiunii de hotel, despre tipurile de structuri de primire turistice și de restaurație, despre lanțurile hoteliere și despre sistemele de cazare și management hotelier.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru explicarea și interpretarea de date și informații din punct de vedere cantitativ și calitativ, pentru formularea de argumente și decizii concrete asociate hotelăriei • Rezolvarea problemelor în contexte bine definite asociate: concepției, planificării și evaluării de activități în cadrul firmelor de turism • Evaluarea și alegerea alternativei strategice optime ținând cont de factorii care influențează realizarea prestațiilor în unitățile turistice • Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru explicarea și interpretarea fluxurilor și a tehnicilor de comercializare din domeniul hotelier • Explicarea și interpretarea fenomenelor și proceselor economice specifice turismului • Elaborarea de calcule pentru diferite situații alternative (variante decizionale) și luarea deciziilor în alocarea de resurse • Cunoașterea aprofundată a conceptelor și principiilor specifice managementului calității aplicat în domeniul hotelier • Utilizarea cunoștințelor de specialitate pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații și procese asociate sistemelor de asigurare a calității în industria hotelieră • Aplicarea unor principii și metode pentru rezolvarea de probleme/situații specifice asigurării calității în domeniul hotelier • Evaluarea și adaptarea metodelor și modelelor de asigurare a calității la specificul unităților hoteliere. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă. • Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă pluridisciplinară și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei. • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Să cunoașteți conceptului de întreprindere hotelieră din diferite perspective; ➤ Să precizați care sunt trăsăturile activității hoteliere; ➤ Să stabiliți căi de acțiune în activitatea hotelieră pornind de la trăsăturile acesteia; ➤ Să arătați care sunt principalele servicii ce pot fi oferite de o întreprindere hotelieră; ➤ Să caracterizați serviciile ce pot fi oferite de o întreprindere hotelieră; ➤ Să stabiliți din ce categorie face parte o anumită întreprindere hotelieră; ➤ Să precizați care sunt diferențele între principalele structuri de cazare din cadrul unei întreprinderi hoteliere; ➤ Să explicați importanța clasificării întreprinderilor hoteliere pe categorii de încadrare; ➤ Să cunoașteți procedurile de evaluare a unui spațiu de cazare; ➤ Să cunoașteți principalele modalități de clasificare a activităților desfășurate la nivelul unei întreprinderi hoteliere. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Să explicați care sunt criteriile pe baza cărora se realizează clasificarea întreprinderilor hoteliere pe categorii de încadrare; ➤ Să stabiliți principalele diferențe existente în organizarea unităților hoteliere ținând cont de capacitatea lor de cazare;

- Să stabiliți principalele diferențe existente între activitățile desfășurate la nivelul unei întreprinderi hoteliere clasificate după criterii diferite;
- Să caracterizați principalele activități operaționale desfășurate la nivelul unei întreprinderi hoteliere;
- Să caracterizați principalele activități funcționale desfășurate la nivelul unei întreprinderi hoteliere.

La nivel de integrare:

- Să cunoașteți interpretarea și aplicarea probleme de afaceri internaționale în domeniul tehnologiei hoteliere cu implicarea organismelor publice;
- Să cunoașteți capacitatea de a conduce în contexte dintre cele mai diverse, abilități de conducător și angajare clară pe calea propriei dezvoltări profesionale;
- Să cunoașteți capacitatea de sintetizare și interpretare a unui set de informații în domeniul pregătirii de rezolvare a problemelor de bază în domeniul hotelier și de evaluare a concluziilor posibile.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Istoricul industriei hoteliere	4	2		2
	2	Importanța și particularitățile industriei hoteliere	5	3		2
	3	Mediul extern al întreprinderii hoteliere	4	2		2
	4	Formele de exploatare în sfera industriei hoteliere	4	2		2
	5	Structura serviciului de cazare hotelieră	4	2		2
	6	Clasificarea structurilor de primire turistica pe categorii de confort	4	2		2
	7	Principalele tipuri de structuri de primire cu funcțiune de cazare	5	2		3
	8	Tipologia unităților de cazare	4		2	2
	9	Structuri organizatorice hoteliere	4		2	2
	10	Servicii coordonate în cadrul unei unități hoteliere	4		2	2
	11	Tehnici de stabilire a prețurilor de cazare	4		2	2
	12	Tehnici de stabilire a tarifului de cameră	4		2	2
	13	Managementul structurilor de cazare turistică	4		2	2
	14	Capacitățile de cazare	4		2	2
	15	Organizarea unității hoteliere	4		2	2
	16	Tipuri de unități de cazare	4		2	2
	17	Criterii de clasificare a obiectivelor de cazare	4		2	2
	18	Clasificarea hotelurilor	4		2	2
	19	Compartimentul de protecție a hotelului	4		2	2
	20	Compartimentul tehnic	4		2	2
	21	Factori care influențează prețul (tariful) de cazare	5		2	3
	22	Tipurile de camere	4		2	2
	23	Tipuri de structuri de primire turistice cu funcțiuni de cazare	4		2	2
	24	Mediul extern al întreprinderii hoteliere	4		2	2
	25	Departamentele principale ale spațiului de cazare	4		2	2

	26	Caracteristici tehnico-funcționale	4		2	2
	27	Personalul hotelier	3		1	2
	28	Formele de exploatare	4		2	2
	29	Criterii de clasificare a hotelurilor	4		2	2
	Total		120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală					100%
	Nota pentru evaluarea finală					40%
	Nota evaluarea curentă					20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare					20%
	Nota lucrul individual					20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baker S., Principiile operațiunilor de la recepția hotelului. Ediția a 2 Editura: CH Beck 2007 2. Bardi, J. A., Hotel Front Office Management, Editura John Wiley & Sons Hoboken, New Jersey 2007 3. Cristina M., Stanculescu G., Managementul operațiunilor în hotelărie și restaurație Editura: CH Beck 2012 4. Lupu, N., Hotelul - Economie și management, Editura: All Beck, București 2005 5. Lupu, N., Hotelul - Economie și management, Ediția a VI-a, Editura: All Beck, București 2010 6. Man O. Tehnologie hotelieră și de restaurant, Editura: Euro Plus, Galați 					

2011

7. Stănciulescu Gabriela, Managementul operațiunilor de turism, ediția a II-a, editura All Beck, București, 2003.

8. Stănciulescu, G., Micu, C., Economie și gestiune în turism - Probleme, proiecte și studii de caz, Editura: All Beck, București 2009;

9. Stegorean Roxana, Management în comerț și turism, Editura Roprint, Cluj-Napoca, 2006.

10. Stere S. Managementul calității serviciilor și ospitalitatea în restaurante, gastronomie, hoteluri Editura: Polirom 2014

11. Valentin N., Butnaru G I., Gestiunea hoteliera - curs, aplicații, grile Editura: Tehnopress 2005



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare și metrologia sportivă					
Titularul cursului		Carp Ivan/Arsene Igor					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.05.O.38	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Bazele teoretice ele culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- btcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30/30	30/30	-	30/30	
Nota de prezentare	<p>Modulul „<i>Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare/Metrologia sportului</i>” este propus studenților Facultății de Pedagogie a USEFS, la programul - <i>Servicii hoteliere, Turism și Agreement</i> pentru a studia cercetarea științifică și dobândirea unei experiențe, care se va manifesta în capacitatea studenților de a identifica probleme de investigație, a le aborda interpretativ, a redacta texte științifice etc.</p> <p><i>Scopul și obiectivele</i> modulului BTMAC/MS constau în dotarea studenților cu un șir de competențe privind valorificarea tehnicilor de elaborare a lucrărilor științifice – teza de licență, susținerea argumentată a unor puncte de vedere în cadrul comunicării interpersonale, de grup sau publice, precum și întocmirea/redactarea unor sinteze, în rezultatul cercetării literaturii de specialitate cu referire la subiectul investigat, din punct de vedere teoretice-praxiologic.</p> <p>Conținuturile disciplinelor ce constituie modulul BTMAC/MS vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții vor studia disciplinele modulului în an III., sem. 5, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>						
	Competențe profesionale: * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea științifică și metodică a absolventului în domeniul Serviciilor hoteliere, Turismului și Agreementului;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>* Aplicarea fundamentelor epistemologice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de licență;</p> <p>* Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul serviciilor hoteliere, turismului și agrementului .</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>* Gestionarea și utilizarea creativă a informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare în domeniul serviciilor hoteliere, turismului și agrementului prin prisma unor abordări ale metrologiei sportive ;</p> <p>* Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de masterat) în ceea ce privește legătura dintre cercetarea științifică și metrologia sportivă.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elucidarea conceptului de „cercetare științifică” și „metrologie sportivă,, în domeniul serviciilor hoteliere, turismului și agrementului ; • determinarea caracteristicilor relevante ale cercetării științifice și metrologice precum și conștientizarea pașilor de proiectare a unei cercetări științifice; • să cunoască teoriile științifice moderne în domeniul serviciilor hoteliere, turismului și agrementului, tendințele de dezvoltare ale acestora, proiectarea, modelarea sistemelor și tehnologiilor de cercetare. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor de cercetare în domeniul educației fizice și metrologiei sportului; • să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor: stabilirea obiectivelor, ipotezei, problemei cercetării, realizarea designului cercetării etc; • aplicarea proiectului cercetării prin interpretarea și validarea datelor experimentale obținute, precum și elaborarea concluziilor finale. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • conștientizarea importanței studierii literaturii științifice la tema aleasă și propunerea în proiectele de cercetare a unor probleme științifice specifice activității specialistului din domeniul serviciilor hoteliere, turismului și agrementului; • valorificarea potențialului existent al sistemului educațional și de pregătire a studenților pentru parcurgerea unui demers de cercetare concretizat în elaborarea unei teze de licență și ulterior de masterat. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
			<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>8</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>1</p>	<p>1</p>	<p>1</p>	<p>2</p>
			<p>60</p>	<p>15</p>	<p>15</p>	<p>30</p>
			<p>10</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>10</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>

	3	Metodele statistico-matematice de prelucrare a rezultatelor măsurărilor în cultura fizica sport	10	4	4	8
	4	Bazele teoriei testelor	10	2	2	4
	5	Bazele teoriei evaluărilor	10	2	2	4
	6	Metode de estimare cantitativa a indicilor calitativi	10	3	3	6
	7	Total metrologia sportului	60	15	15	30
		Total	120	30	30	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<p>1. Carp, Ion. Bazele teoretico-metodologice ale activității de cercetare: curs universitar/ Carp Ion, Ababei Radu; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 232 p. ISBN 978-9975-68-310-4.</p> <p>2. Chirazi M., Petrea G. P. Metode de cercetare științifică în educație fizică și sport. Editura universității „Alexandru Ioan Cuza”, Iași, 2015. 202 p.</p> <p>3. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.</p>					

4. Țapoc V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.
5. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică facultatea fără frecvență. - Chișinău: INEFS, 2004. – 58 p.
6. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). - Chișinău: USEFS, 2007. – 152 p.
7. Arsene I.A. Metrologia sportivă (întrebări și răspunsuri). Volumul I. Material didactic-referativ pentru studenții USEFS. În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău:”Valinex”SRL. 2010.-160p.
8. Arsene I.A. Metrologia sportivă (Suport de curs). Material didactic – referativ pentru studenții USEFS (întrebări și răspunsuri). În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău: ”Valinex” SRL. 2011.-112p.
9. Arsene I.A. Metrologia sportivă (dicționar ghid). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor cu profil sportiv: În ajutorul studentului. -Ch. Valinex, 2014. - 274 p.

Literatură facultativă (selectivă):

1. Демченко П.П. Математико–аналитические методы в структуре педагогических исследований физической культуры. Учебное методическое - пособие для высших учебных заведений физической культуры. – Ch., 2009.
2. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Marketingul turistic și brandingul destinației turistice					
Titularul cursului		Onoi Mihail					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.05.O.39	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Marketingul turistic și brandingul destinației turistice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de pedagogie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">▪ obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul turismului capabili de a analiza, implementa și prognoza anumite activități turistice reieșind din evoluția destinațiilor turistice naționale și internaționale;▪ obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea conceptului de branding al destinației turistice și a tipurilor de strategii de dezvoltare a destinațiilor turistice;▪ obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea teoretică și practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea</p>						

	<p>atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul practicii de inițiere și tehnologice realizate în diverse întreprinderi turistice (agenții de turism, structuri de cazare, alimentație sau transport, destinații turistice- ex: Orheiul Vechi); Crearea unui brand turistic pentru o destinație turistică națională; Elaborarea planificării strategice de marketing a unei destinații turistice naționale și internaționale; Proiectarea unei strategii de brand pentru turismul sportiv din Republica Moldova; Elaborarea unui brand pentru regiunea de sud a Republicii Moldova. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale destinațiilor din Republica Moldova; Delimitarea factorilor care influențează dezvoltarea unei destinații turistice; Promovarea unei destinații turistice din zona de reședință prin intermediul brandului turistic de țară; Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește turismul (în special destinațiile turistice). 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să definească noțiunile principale ale disciplinei Marketingul turistic și brandingul destinației turistice (marketing turistic, branding, imaginea destinației turistice, trend <li style="padding-left: 20px;"> să cunoască specificul destinației turistice; <input type="checkbox"/> să identifice care este rolul segmentării turiștilor pentru destinațiile turistice; <input type="checkbox"/> să aprecieze modalitățile de promovare a destinațiilor turistice; <input type="checkbox"/> să cunoască cum se efectuează planificarea strategică de marketing a destinațiilor turistice; <input type="checkbox"/> să cunoască aportul pe care îl are brandul de țară asupra dezvoltării turismului. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să determine rolul brandului turistic asupra turismului regional; <input type="checkbox"/> să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; <input type="checkbox"/> să determine care este imaginea turistică a Republicii Moldova pe piața turistică mondială; <input type="checkbox"/> să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul exercitării unei funcții în sfera turistică sau în timpul practicii de tehnologice. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> să țină seama de particularitățile fiecărui brand turistic al regiunilor; <input type="checkbox"/> să cunoască care sunt particularitățile brandului turistic național și aportul acestuia la dezvoltarea sectorului; <input type="checkbox"/> să poată identifica legăturile dintre brandul și destinația turistică. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Esență, concept și caracteristici ale conceptului de branding al unei destinații turistice</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	2	Marketingul destinației turistice	6	3		3	
	3	Competitivitatea destinației turistice	4	2		2	
	4	Crearea brandului destinației turistice	4	2		2	
	5	Rolul segmentării turiștilor pentru destinațiile turistice	4	2		2	
	6	Imaginea destinațiilor turistice	4	2		2	
	7	Strategia de marketing a destinațiilor turistice	4	2		2	
	8	Destinația turistică: concepte și particularități	4		2	2	
	9	Rolul brandingului asupra competitivității destinațiilor turistice	4		2	2	
	10	Particularitățile brandingului orașului și al țărilor	12		6	6	
	11	Imaginea destinației turistice – factor de promovare a brandului turistic regional	4		2	2	
	12	Promovarea destinației turistice prin intermediul brandului turistic de țară	4		2	2	
	13	Brandingul destinației turistice-instrument strategic de dezvoltare	4		2	2	
	14	Rolul strategiei de brand a Republicii Moldova în dezvoltarea turistică a țării	8		4	4	
	15	Strategii de brand pentru diverse forme de turism	12		6	6	
	16	Trendurile și influența lor asupra destinațiilor turistice	4		2	2	
	17	Instrumente de marketing privind promovarea destinațiilor turistice	4		2	2	
	18	Poziționarea destinațiilor turistice	4		2	2	
	19	Procesul de alegere a destinațiilor turistice	4		2	2	
	20	Integrarea evenimentelor în promovarea destinației turistice pe principiul co-brandingului	8		4	4	
	21	Identitatea vizuală a Republicii Moldova	4		2	2	
	22	Marketing și branding regional	6		3	3	
	23	Drepturile de proprietate intelectuală în industria turistică	4		2	2	
		Total		120	15	45	60
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt <i>cursul</i>, <i>seminarul</i>. Cursul este organizat sub formă de <i>prelegere clasică</i>, <i>dezbatere</i>, poate fi <i>curs mixt prelegere – dezbatere</i>, <i>curs practic – aplicativ</i>, <i>prelegere problematizată</i>.</p> <p>Seminarul, de asemenea, au mai multe forme: <i>seminare de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului</i>, <i>de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare</i>; <i>dezbatere</i>, <i>braistorming</i>, în baza <i>cercetării</i>, <i>a studiului de caz</i>. Metode de lucru: <i>expunerea</i>, <i>explicația</i>, <i>dialogul</i>, <i>prezentarea</i>, <i>lucrul în echipă</i>, <i>masă rotundă</i>, <i>metoda Piramidei</i>, <i>Jigsaw (Mozaicul)</i>, <i>etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt <i>expunerea didactică</i>, <i>conversația didactică</i>, <i>demonstrația</i>, <i>modelarea didactică</i>, <i>problematizarea</i>. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, studiilor de caz, diferite <i>activități frontale</i>, <i>activități de grup</i>, <i>activități individuale</i>.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială</i>, <i>curentă</i> și <i>finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de</p>						

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare) cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind marketingul și brandingul destinațiilor turistice și a altor aspecte ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Angheluță A. V. România - branding de țară și destinație turistică. Editura Mica Valahie, 2016. 296 p. 2. Cărămidă C. Brandul ospitalității. Vol I. București, 2011. ISBN 978-973-0-11505-5. 3. Mihailuc O., Noni L. Brandul turistic al țării și orașului. Posibilitatea orașului ca hul de a deveni un brand turistic. În: Analele științifice ale Universității de Stat „B. P. Hasdeu” din Cahul, VOL. VIII, 2012, p. 124-131. 4. Niculescu G., Jinaru D. Premises for the design of the tourism brand of locality Târgu-Jiu. În: Annals of the „Constantin Brâncuși” University of Târgu Jiu, Letter and Social Science Series , Supplement 3/2017, p. 57-65. 5. Platon N. Promovarea destinației turistice prin intermediul brandului turistic de țară. În: Revista / Journal „ECONOMICA” nr.1 (107) 2019, p. 7-24. 6. Popescu R. I. Creșterea competitivității unei destinații turistice prin brand și branding. Studiu de caz: România. În: Revista Transilvană de Științe Administrative 1(30)/2012, pp. 106-121. 7. Stăncioiu A. F. (coord.). Imaginea destinației turistice – element de susținere în construcția brandului turistic regional. Studiu de caz: Muntenia. În: Economie teoretică și aplicată. Volumul XVIII (2011), No. 2(555), pp. 139-152. 8. Александрова А. Ю. Интеграция событийных мероприятий в продвижение туристских дестинаций на принципах ко-брендинга. В: Вестн. Моск. Ун-та. Сер. 6. Экономика. 2015. № 6, с. 135-161. 9. Жерукова А.Б., Брендинг туристских дестинаций как стратегический инструмент развития. В: Вестник белгородского университета кооперации, экономики и права. № 4, 2014, с. 135-139. 10. Кирьянова Л. Маркетинг и брендинг туристских дестинаций: учебное пособие. Томск: Издательство Томского политехнического университета, 2011. 264 с. ISBN 978-5-98298-957-4. 11. Кирьянова, Л. Г. Маркетинг и брендинг туристских дестинаций: учеб. пособие для магистратуры. Москва: Издательство Юрайт, 2017. 264 с. ISBN 978-5-9916-9266-3. 12. Стыцок Р.Ю. Сборник заданий для аудиторной и внеаудиторной самостоятельной работы. Маркетинг дестинации. Москва, 2017. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Geografia Turismului					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile/Prisecari Zina					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F 06.O.41	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	45	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Geografia Turismului” abordează activitatea de turism ca domeniu de studiu și cercetare geografică a turismului ca fenomen economic temporar și cauzal care se desfășoară în domeniul înconjurător. În interacțiunea cu factorii de mediu și societate dar și ca activitate cu impact evident asupra acestora. Geografia turismului este o disciplină care se bazează în pregătirea unui specialist în turism. Acest obiect utilizează o serie de principii, metode și mijloace de studiu comune întregului conglomerat de științe geografice, dar și unele metode și mijloace proprii specifice.</p> <p>Curriculum disciplinar „ Geografia turismului ” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual și obiective generale de referință. Din acest motiv, considerăm că curriculum vizat va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p> <p>Geografia turismului oferă posibilitatea tuturor studenților de a studia interacțiunea elementelor naturale geografice, sociale și economice cu fenomenul turistic. Acest lucru are loc prin intermediul însușirii, analizei și investigațiilor din cadrul orelor cu lucrul individual, excursiilor tematice, realizate la diverse obiective naturale și antropice.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none">• Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul geografiei turismului;• Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor pe arena internațională și națională în geografia turismului;• Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de analiză a pieții turistice;						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea strategiilor manageriale în contexte locale, regionale, naționale și globale; • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori sociale în domeniul turismului; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul geografiei turismului. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „<i>Geografia Turismului</i>” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul turismului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalilor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale turismului. • Aplicarea și gestionarea optimă a resurselor turistice interne și internaționale în vederea formării turiștilor. • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței turistice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească, să reproducă, conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii (resurse turistice, infrastructura turistică, potențial turistic, piața turistică, circulația turistică, fluxuri turistice); • să clasifice resursele turistice și să le structureze; • să identifice avantajele și dezavantajele dezvoltării turismului în Europa de Nord; • să identifice formele de organizare a călătoriilor; • să identifice semnificația turistică a călătoriilor comerciale (Marelor descoperiri geografice.); • să identifice zonele fierbinți de pe Terra; • să numească principalele rețele hoteliere din lume. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să aprecieze factorii demografici în promovarea dezvoltării turismului; • să identifice caracterizarea resurselor turistice edificate de factorul uman de mare interes turistic; • să numească monumentele istorice și arhitectonice valoroase ale Republicii Moldova; • să caracterizeze resursele turistice din și fluxurile în Europa Centrală - Estică; • să caracterizeze turismul în Italia; • să identifice modele principale de fluxuri turistice. <p style="text-align: center;"><i>La nivel integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • să analizeze textele științifice a materialelor ilustrative, grafice și cartografice și să caracterizeze regiunile turistice mondiale; • să determine poziția geografică a resurselor turistice din Republica Moldova și importanța lor în activitatea turistică; • să analizeze aspectele geografice și structura industriei turismului; • să caracterizeze obiectivele turistice ca proces geografic cu aspect turistic. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Semin ar	LI
1		Bazele teoretice ale geografiei turismului	7	1	2	4
2		Geografia resurselor turistice	11	1	4	6
3		Industria turismului	8	1	3	4
4		Circulația și fluxurile turistice	9	1	4	4
5		Resursele și fluxurile turistice ale Europei. Europa de Nord și Centrală-	11	1	4	6

<p style="text-align: center;">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>		Estică.				
	6	Resursele și fluxurile turistice ale Europei. Europa de Sud și Mediteranei de Est.	7	1	2	4
	7.	Resursele și fluxurile turistice ale Europei Centrale Estice și de Est.	10	2	4	4
	8.	Resursele și fluxurile turistice ale Americii	9	1	4	4
	9.	Resursele și fluxurile turistice ale Asia și Pacific	9	1	2	6
	10.	Resursele și fluxurile turistice ale Orientului Mijlociu și Africii	9	1	4	4
	11.	Tipologia turistică, tipologia de turism	9	1	2	6
	12.	Turismul, fenomen complex de studiu și cercetare interdisciplinară	7	1	4	2
	13.	Turismul de afaceri și Turismul distractiv	5	1	2	2
	14.	Geografia turismului și mediului înconjurător	9	1	4	4
	Total			60	15	45
<p style="text-align: center;">sugestii metodologice de predare-învățare</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
<p style="text-align: center;">Strategii de evaluare a rezultatelor academice</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Nota finală			100%			

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Buian, Verginia; Bogdan M., Agroturism, Ed. Universității București, 2001; 2. Aurel Gheorghilaș, Geografia Turismului, Metode de analiză în turism, Ed. Universitară București, 2014; 3. Băltărețu Andreea, 2006, Evoluții și tendințe în turismul internațional. Aspecte teoretice și practice, Ed. PRO Universitaria București; 4. Bran, Florina; Simona, Tamara; Nistoreanu, P., Ecoturismul, Ed. Economică București 2000; 5. Bran, Florina, Ivon, Tamara, Nistorianu, P., (2000), Ecoturism, Edit; 6. Braun, L. (coord.), Colecția problemelor globale a ale omenirii, Ed. Tehnică, București 1988-2000; 7. Candea, Melinda, Erdeli, G., Simon, Tamara, (2000), Potential turistic si turism, Editura Universitatii, Bucuresti; 8. Cândea, Melinda, Erdeli, G., Simon, Tamara, (2000), Potențialul turistic și turism, Ed. Universității București; 9. Cocean P., Vlăsceanu Gh., Negoiescu B., 2002 Geografia generală a turismului, Ed. Meteor Press, București; 10. Cocean, P., Dezsi, (2001), Prospectare si geoinformare turistica, Editura Presa Univ. Clujeana, Cluj-Napoca. 11. Erdeli G., Dinca Ana Irina, Gheorghelaș A., Surugiu Camelia, 2011, Romanian Spa Tourism: A communist paradigm in apost communist era, Journal of Studies and Reseach in Human Geography, Issue 2, Volume 5 Editura Universității din București; 12. Gheorghelaș A., Dinca Ana Irina, Surugiu Camelia, 2013, Phases of development of Romanian Spa Tourism Destination, Proceeding of the International Conference on Tourism –ICOT, 2013-Trends, Impacts and Policies on Sustainable Tourism Development, Limasol, Cyprus. 13. Glăvan, V., 2000, Turismul în România Ed. Economică, București; 14. Ielenicz M., Comănescu Laura, 2006, România – Potențial Turistic Ed. Universitară București; 15. Ilinca N., 2000, Didactica Geografiei, Ed. Corind, București; 16. Mihaela Dinu, Geografia Turismului, Ed. didactică și pedagogică, R.A București 2002; 17. Stanciulescu, Gabriela, Managementul operațiunilor de turism, Ed. All Beck, București 2012. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Civilizația europeană					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Nicolaiciuc Natalia					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G 06 A.42	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Fiecare popor sau țară dispune de o cultură și o civilizație cu multiple forme de existență. Istoria Europei s-a format în mod coerent de organizare socială, politică, administrativă, religioasă și și-a exprimat viziunea sa proprie asupra vieții și a omului, a lumii, formulând și un sistem propriu de valori, și-a creat o artă originală. Ca știință generală despre cultură și civilizație, <i>Civilizația europeană</i> are scopul de a releva premisele cultural-istorice ale civilizației contemporane pentru studenții de la specialitatea <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>.</p> <p>În procesul de studiere a disciplinei se presupune familiarizarea studenților cu valorile culturale europene, care au început să se cristalizeze în epoca modernă, cu cultura națională ca parte componentă a culturii universale pentru a le trezi interesul față de dialectica proceselor culturale și importanța lor socială, de a le ridica nivelul conștiinței civice și mândria față de cultura țării noastre.</p> <p>A cunoaște istoria este o autocunoaștere a propriei tale entități umane, în variatele modelări pe care viziunea omului dintr-o anumită epocă au imprimat-o gândirii, simțirii, faptelor; lucru necesar mai ales astăzi când pulsuniile simțirii se nasc și mor pe loc, iar intelectul tinde să devină lipsit de aripi, când sirenele răgușite ale tehnicii și ale consumului imediat, fără iradiere, închid orizontul spiritual până la anulare.</p> <p>Un rol important în societate contemporană îi revine și religiei. Acum, când adevărul este amar, până la de nesuportat, „avem arta pentru a nu muri din cauza adevărului”, cum afirma Nietzsche. Iar Mallarme credea că lumea se va mântui printr-o literatură mai aleasă, prin cunoașterea ideii divine. În lume, zbuciumată de conflicte religioase, cunoașterea doctrinelor și dogmaticii principalelor religii universale, constituie un factor important în făurirea unei societăți tolerante,</p>						

	<p>capabile se reziste xenofobiei, naționalismului și șovinismului radical.</p> <p>Amplificarea orizontului de cultură a studenților, orientarea comportamentului cultural spre standarde mai înalte, formarea gustului și atitudinii estetice dezirabile, stimularea interesului pentru un evantai cât mai larg de valori culturale formează obiectivele cursului dat. Acest curs este necesar pentru a reda învățământului sportiv aspect umanistic, toleranța față de diferențele etnice, culturale și religioase.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul istoriei în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor moralei. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința istorică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale istoriei civilizației profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale istoriei; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu; ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Revoluția burgheză în Anglia.	3	2	1	3
	2	Revoluția franceză.	3	2	1	3
	3	Franța în perioada imperiului.	3	2	1	3
	4	Pactul european. Congresul de la Viena.	3	2	1	3
	5	Revoluția democratică din 1848 în țările Europei.	3	2	1	3
	6	Revoluția de la 1848 în principatele române.	3	2	1	3
	7	Europa între anii 1848 – 1878.	3	2	1	3
	8	I-ul război mondial.	3	2	1	3
	9	Sistemul Versailles-Washington	3	2	1	3
	10	Regimurile totalitare în sec. al XX-lea în Europa.	3	2	1	3
	11	Al II-lea război mondial.	3	2	1	3
	12	Conferințele de la Ialta și Potsdam. Proiectul lumii postbelice.	3	2	1	3
	13	Istoria politică a războiului rece.	3	2	1	3
	14	Destrămarea URSS.	3	2	1	3
15	Cultura europeană în epoca modernă și contemporană.	3	2	1	3	
Total			90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview</i>, <i>chestionare orală</i>, <i>conversație</i>, <i>expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al</p>					

	<p>acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. G. Socolov, <i>Istoria și filosofia culturii</i>, Chișinău, 1998. 2. G. Popa, <i>Istoria culturii și a civilizațiilor</i>, Iași, 1997. 3. F. Braunstein-Silvestre, <i>Ghid de cultură generală</i>, București. 4. <i>Literatura și arta Moldovei</i>, Enciclopedie, v. I Chișinău, 1985. 5. Dan Petre, <i>Mica enciclopedie de cultură și civilizație românească</i>, București - Chișinău, 2002. 6. Ovidiu Drîmba, <i>Istoria culturii și civilizației</i>, vol. 1-10, București, 2004. 7. M. Eliade, <i>Istoria credințelor și ideilor religioase</i>, București v. I-III, 1986. 8. A. Mitru, <i>Legendele Olimpului</i>, V.I-II, București, 2001. 9. D. Golițov, <i>Arta plastică a Moldovei</i>, Chișinău, 1987. 10. C. Dragomir, <i>Coiful magic. Mituri și legende ale popoarelor lumii</i>, Chișinău 1989. 11. <i>Istoria lumii în date</i>, București, 1972. 12. I. Hîncu, <i>Vestigii strămoșești</i>, Chișinău, 1990. 13. D. Antonescu, <i>Introducere în arhitectura dacilor</i>, București, 1970. 14. <i>Cultura Moldovei în timpul lui Ștefan cel Mare</i>, București, 1964. 15. M. Cimpoi, <i>Duminica valorilor</i>, Chișinău, 1989. 16. N. Dabija, <i>Pe urmele lui Orfeu</i>, Eseuri, Chișinău, 1989. 17. <i>Cincizeci de biografii ale măiestrilor artei plastice</i>, Chișinău, 1984. 18. I. Dolgopolov, <i>Maieștri și capodopere</i>, Chișinău, 1988. 19. E. Faure, <i>Istria artei, arta renașterii</i>, București, 1988. 20. O. Drimba, <i>Pagini despre cultura europeană</i>, copyright, 1994. 21. E. Barașcov, <i>Vechi civilizații</i>, Chișinău, 1991. 22. M. Florian, <i>Cosmologia elenă</i>, Paideia, 1993. 23. G. Andreescu, <i>Iliada, Odiseea, Eneida</i>, București, 1994. 24. A. Ferrari, <i>Dicționar de mitologie greacă și romană</i>, Polirom 2003. 25. O. Drimba, <i>Literatura universală</i>, clasa 11-a, 12-a. 26. C. Bîrzea, <i>Arta și știința</i>, Chișinău, 2000. 27. G. Călinescu, <i>Istoria literaturii române</i>, Chișinău, 1996. 28. I. Hîncu, <i>Străvechi monumente din Republica Moldova</i>, Chișinău, 1996. 29. Berstein Serge, Milza Pierre., <i>Istoria Europei</i>, Institutul European, Iași, 1998, vol. III (p. 329- 359), vol. IV (p. 186-190; 299-336). 30. Bratu Doru, <i>Revoluțiile lumii moderne</i>, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 57- 90. 31. Bratu Doru, <i>Constituirea și evoluția statelor naționale (secolul al XIX-lea-1918)</i>, Editura Fundației România de Măine, 2008. 32. Geiss Imanuel, <i>Istoria lumii. Din preistorie până în anul 2000</i>, Editura All, București, 2002. 33. Duțu Alesandru, <i>Evoluții diplomatice și teritoriale în Europa în secolele XIX-XX</i>, Editura Fundației România de Măine, 2008. 34. Onișoru Gheorghe, <i>Istoria contemporană universală 1917-1945</i>, București, Editura Fundației România de Măine, 2005. Onișoru Gheorghe, <i>Istoria contemporană universală după 1945</i>, București, Editura Fundației România de Măine, 2004. Zorin Zamfir, <i>Istoria contemporană a României</i>, București, Editura Oscar Print, 	

2003.

35. *100 великих картин*, Москва, 2002.
36. *Культура, человек и картина мира*, Москва, 1987.
37. *Культура и философия*, Москва, 1983.32. *Искусство – живопись, скульптура, архитектура, графика*, Москва, 1987.
38. *100 великих сокровищ*, Москва, 2006.
39. *100 великих скульпторов*, Москва, 2002.
40. В. Павлов, *Искусство древнего Египта*, Москва, 1962.
41. С. Артаманов, *Литература древнего мира*, Москва, 1988.
42. Н. Дмитриева, *Античное искусство*, Москва, 1988.
43. Н. Машкин, *История древнего Рима*, Москва, 1965



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Politologia					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Carp Lilian					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 06 A.42	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Politologie</i> reprezintă un demers teoretic axat pe analiza structurilor și mecanismelor de funcționare ale politicului în societate. Orice investigație profundă și amănunțită asupra sistemului social global, inclusiv asupra condiției umane, nu se poate realiza fără o analiză a politicului. Ultimele evenimente din spațiul internațional, dar și cel național arată că sectorul politic rămâne locul deciziei și interfața care permite comunicarea cu celelalte domenii ale vieții sociale.</p> <p>Prin conținutul său, cursul își propune să creeze cadrul pentru inițierea studenților de la specialitatea <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i> cu instrumentarul conceptual al științei politice urmărind să contribuie la formarea unor abilități cognitive care să faciliteze operarea cu aceste concepte în realizarea unor analize științifice ale fenomenelor politice. În cadrul orelor practice se vor analiza diferite aspecte legate de curs cu scopul de a-i deprinde pe studenții de la specialitatea <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i> să sesizeze factorii implicați în viața politică și modul în care aceștia interacționează, determinând dinamica celorlalte domenii ale vieții sociale. Structurarea cursului nu constituie o simplă succesiune de teme. Ea vizează o ordonare logică, dar și una didactică a materialului.</p> <p>Prin valorile pe care le evidențiază și cu care operează, convertite în comportamentul politic, prin impactul asupra membrilor societății, cursul de <i>politologie</i> capătă o deosebită însemnătate în procesul formării profesionale, lărgind și îmbogățind atât competențele cognitive, cât și orizontul spiritual al studenților de la specialitatea <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>.</p>						
	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">• Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului.• Capacitatea de a analiza literatura domeniului politic.						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul politologiei. • Implementarea cunoștințelor teoriei politice privind analiza activității partidelor politice. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul științei politice în analiza proceselor politice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a studia dimensiunile ideologice ale activității partidelor politice. • Selectarea metodelor eficiente de cercetare ale activității actorilor politici. • Abilitate de a activa în instituțiile societăților civile și politice din țară. • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Aplicarea tehnologiilor informaționale în procesul de analiză a fenomenelor și instituțiilor politice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze cuzaitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul politologiei; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze ideologiile politice din țară; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>

	Total	90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea finală				40%
	Nota evaluarea curentă				20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%
	Nota lucrul individual				20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Almond Gabriel A., Știința politică: istoria disciplinei.- Manula de știință politică / ed.: Robert E. Goodin, Hamns – Dieter Klingemann; trad.: Irina Ana Kantor, Ileana - Cristina Stănuș, Romana Careja... – Iași: Polirom, 2005. P. 60 – 97. Aristote, Politica, editura Antet, București 2003. Aristotel, Statul, editura Antet, București 2003. Beniuc V., Politologia, Chișinău, 2000. Dicționarul marilor gânditori politici ai secolului XX (coordonatori Robert Benewick și Philip Green), Editura Artemis, 2002 Efremov V. Evoluția gândirii politice. – www.perspectiva.md Efremov V. Politologie. Teste.-Ch.,2009. Efremov V. Politologie: Știință și disciplină de studiu. Ch., 2010. Enciu N. Politologia. – Chișinău: Civitas, 2005 Fisichella D.,Știința politică: probleme,concepte teorii / Domenico Fisichella; trad. Și postf. De Vixctor Moraru. – Iași: Polirom, 2007 Lijphart, Arend – Modele ale democrației, Polirom, Iasi, 2006 Miroiu, Adrian - Fundamentele politicii (volumele 1 si 2), Polirom, Iasi, 2006 Mitran I., Politologia în fața secolului XXI., București, 1997. 				

- | | |
|--|---|
| | <p>14. Moșneaga V., Politologia, Chișinău, 1999</p> <p>15. Mungiu-Pippidi, Alina (coord.) – Doctrine politice, Polirom, Iasi, 1998</p> <p>16. Nay, Oliver – Istoria ideilor politice, Iasi: Polirom, 2008</p> <p>17. Oxford. Dicționar de politică (coord. Lain Mclean), Editura Universu enciclopedic, București, 2001</p> <p>18. Rusnac Gh. Știința politică în Republica Moldova la etapa actuală // MOLDOSCOPIE (Probleme de analiză politică). Nr. 2 (XXXVII), 2007. – Chișinău CEP USM, 2007.</p> <p>19. Rusnac Gh., Moșneaga V., Varzari P., Politologia – știință și disciplină de studiu. - Politologie: manual pentru specialitățile nonprofil. Univ. De Stat din Moldova. FRIȘPA. Catedra Politologie și Educație Civică. – Ch.: CEP USM, 2007</p> <p>20. Țirdea, Bogdan Noroc L., Politologie, Chișinău, 2008</p> |
|--|---|



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Elemente de cultură universală și națională					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 06 A.44	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității <i>Servicii hoteliere, turism și agrement</i>, lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Prezentul curriculum examinează două aspecte principale:</p> <ul style="list-style-type: none">• unul care reglează acțiunea educativă, cuprinzând finalitățile, scopurile, obiectivele de studiu.• celălalt, care permite realizarea acestora, respectiv căile, mijloacele, și activitățile. <p><i>Curriculum este axat pe următoarele obiective:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului istoric, care reglementează activitatea studenților pe tot parcursul studierii teoriei și istoriei culturii;• obiectivele cadru ale învățământului istoric universitar;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc progresul în achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii; <p>În vederea realizării obiectivelor de referință sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în 90 ore pe parcursul unui semestru.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; • Să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; • Să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; • Să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; • Să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p align="center">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; • Să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății (adaptare, schimbare, condiționare, etc.) • Să determine locul și importanța diferitelor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; • Să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. • Să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană. 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
1		Obiectul și problematica disciplinei	6	2	1	3
2		Valoarea –concept fundamental al filosofiei culturii.	6	2	1	3
3		Naționalul și Universalul în cultură	6	2	1	3
4		Cultura și civilizația Indiei antice.	6	2	1	3
5		Cultura și civilizația Egiptului Antic.	6	2	1	3
6		Cultura și civilizația Greciei antice.	6	2	1	3
7		Cultura și civilizația Romei antice.	6	2	1	3

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	8	Cultura și civilizația Evului Mediu.	6	2	1	3
	9	Cultura epocii Renașterii	6	2	1	3
	10	Cultura epocii Moderne	6	2	1	3
	11	Cultura epocii Contemporane	6	2	1	3
	12	Civilizația geto-dacilor.	6	2	1	3
	13	Cultura românească medievală	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
	15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3
		Total	90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; elaborarea de proiecte. 					
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei Elemente de cultură universală și națională se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acestora prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă</p>					

	accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atât produsul, cât și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Boia L. Istorie și mit în conștiința românească. București, editura Humanitas, 1997. 2. Botez-Crainic, A. Istoria artelor plastice. Vol. I-II. București, 1995; 3. Blaga L., Opere. Vol. 9: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1985. 4. Blaga L., Opere. Vol. 10: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1987. 5. Braunstein K, Repin J. K, Cultura pentru toți, București, 1997. 6. Bâțlan, I. Istoria culturii și civilizației universal. – București, 1995; 7. Calugher Viorica, Elemente de cultură universală și națională. Chișinău, 2017. 8. Chamoux, F. Civilizația greacă. Vol. I. –București. – Meridiane. -1985; 9. Cristea M., Sistemul educațional și personalitatea. București, Editura Didactică și Pedagogică, 1994. 10. Cultură și societate – studii privitoare la trecutul românesc, volum îngrijit de Al. Zub, București, Editura Științifică, 1991. 11. Harari Noah. 21 de lectii pentru secolul XXI, Polirom, 2018. 12. Hâncu I. Străvechi monumente din Republica Moldova. Chișinău, 1996. 13. Deagaciov L., Roșca S. Apariția și dezvoltarea gândirii filozofice în Moldova, Chișinău, 1992. 14. Drimbă O., Incursiuni în istoria civilizațiilor, București, 1985 15. Delacroix H., Psihologia artei, București, 1983. 16. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-4, București, 1986, 1987, 1990, 1995. 17. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-10, București, 1998. 18. Drimba O., Incursiuni în civilizația omenirii, Vol. 1-2, București, 1993-1996. 19. Drîmbă, O. Istoria culturii și civilizației. – București. - 1997. – vol. I – X; 20. Enciclopedia istoriografiei românești, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1978. 21. Istoria civilizației și culturii universale și naționale. Sub red. Gr. Socolov. – Chișinău, 1998; 22. Куманецкий, К. История культуры Древней Греции и Рима. – Москва: Высшая школа. 1990. 23. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, București, 1996 24. Lovinescu E. Istoria civilizației române moderne. București, Minerva, 1997. 25. Pâslaru V., Principiul etno - cultural în învățământul din Republica Moldova. Revista de pedagogie (București, Romania), 1993. Nr. 8-12. 26. Peter A. Clayton, P.G. Maxwell-Stuart, Joyce Tyldesley, Chris Scarre, Cronica Faraonilor. Cronica Papilor. Cronica Împăraților Romani. Cronica Regilor Egiptului. Rao Books. 2015. 27. Popa, G. Istoria culturii și a civilizațiilor. - Iași: Cugetarea, 1997; 28. Tănase Al., Introducere în filosofia culturii. București, Editura Științifică, 1968. 29. Radu G. Ideea de progres cultural în lumea contemporană. Iași, 1981. 30. Radu F. Metamorfoza culturii în secolul al XX-lea. București, 1988. 31. Solcanu I. Globalizare și cultură națională – o dilemă reală. Convorbiri literare, 2006. 32. Ungureanu I. Idealuri sociale și realități naționale, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1988. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Educația interculturală					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 06 A.45	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Educație interculturală</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel, se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația culturală are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, cultura națională și universală are menirea de a forma un cetățean cu vederi democratice, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Curriculum-ul la disciplină se adresează cadrelor didactice universitare, studenților de la specialitatea <i>servicii hoteliere, turism și agrement</i>, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Disciplină socio-umanistică, <i>Educația interculturală</i>, are sarcina să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane. Educația interculturală reprezintă unul dintre cele mai importante și actuale aspecte care contribuie la cunoașterea trecutului și patrimoniului cultural și la formarea cetățeanului democratic.</p> <p>Misiunea <i>Educației interculturale</i> ca disciplină de studiu este orientată prioritar spre înțelegerea trecutului, prezentului și a diversității tradițiilor culturale și istorice</p>						

	ale popoarelor lumii pentru a înlătura prejudecățile și a încuraja toleranța între oameni. Așadar, predarea disciplinei trebuie să aibă la bază ideea de reconciliere și influențele reciproce pozitive între popoare.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației interculturale; • să caracterizeze elementele culturii naționale; • să gestioneze conflictele interculturale din cotidian; • să contureze profilul personalității interculturale; • să argumenteze importanța formării din perspectivă interculturală. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul și problematica filosofiei culturii	12	4	2	6
	2	Valoarea – concept fundamental al filosofiei culturii	6	2	1	3
	3	Conceptul de educație interculturală	6	2	1	3
	4	Diversitatea culturală și identitatea în contextul globalizării	6	2	1	3
	5	Spre intercultural prin cultural	6	2	1	3
	6	Competență interculturală	6	2	1	3
	7	Design-ul educației interculturale	6	2	1	3
	8	Societatea interculturală	12	4	2	6
	9	Scoala interculturală	6	2	1	3
	10	Democrație și interculturalitate	6	2	1	3
	11	Culturi în contact	6	2	1	3
12	Stereotipuri și prejudecăți în comunicarea interculturală	12	4	2	6	
Total		90	30	15	45	
	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și					

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>transdisciplinare.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; elaborarea de proiecte. 	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Educație interculturală</i> se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arhip A. Noile educații. Chișinău: FEP „Tipografia centrală”, 1996. 2. Bezede R. Competența interculturală: instrumente de evaluare. Ghid metodologic pentru cadre didactice preuniversitare. Chișinău: C.E. PRO DIDACTICA, 2016. 3. Bontaș I. Tratat de pedagogie. Ediția a VI-a. București: BIC ALL, 2007. 4. Burdujan R. Competența interculturală ca finalitate a educației interculturale. 	

- In: *Univers Pedagogic*, nr. 3, 2007. Chișinău: IȘE, 2007. pp. 7-11.
5. Cace C., Stăiculescu C. Educația interculturală – dimensiune a educației contemporane. In: *Studia Universitas*, nr. 9, 2007. Chișinău: USM, 2007. pp. 122-129.
6. Cozma T. O nouă provocare pentru educație: interculturalitatea. Iași: Polirom, 2001. 216 p.
7. Cristea S. Educația interculturală. In: *Didactica Pro...* Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (20-21), 2003. Chișinău, pp. 98-99.
8. Cucuș C. Educația. Dimensiuni culturale și interculturale. Iași: Polirom, 2000. 288 p.
9. Cucuș C. Pedagogie. Ed. a II-a rev. și adăug. Iași: Polirom, 2006. 464 p.
10. Dasen P., Perregaux C., Rey M. Educația interculturală: experiențe, politici, strategii. Iași: Polirom, 1999. 208 p.
11. Educație interculturală în Republica Moldova. Chișinău: ARC, 2004. 220 p.
12. Joița E. Pedagogia. Știința integrativă a educației. Iași: Polirom, 1999.
13. Nedelcu A. Fundamentele educației interculturale. Diversitate, minorități, echitate. Iași: Polirom, 2008.
14. Plenghei A. Educația pentru toți. In: *Didactica Pro...* Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (62-63), 2010. Chișinău, pp. 91-82.
15. Pogolșa L. et. al. Educație interculturală. Curriculum școlar, clasele I-IX. Chișinău, 2012. Pe: https://mecc.gov.md/sites/default/files/educatia_interculturala_clasele_i-ix.pdf
16. Redu M. Educația interculturală în noul context european. In: *Revista de pedagogie*, nr. LIX (1), 2011. Chișinău: IȘE, pp. 25-32.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Filosofia și logica domeniului de formare profesională					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa/Nicolaiciuc Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 06 A.46	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul Filosofia și logica domeniului de formare profesională are menirea de a veni în ajutor studenților specialității Educație Fizică, doctoranzilor, profesorilor și tuturilor celor care se interesează de problematica culturologiei. Disciplina face parte din componenta de orientare socioumanistică din planul de învățământ, care are ca scop formarea unui orizont larg de cultură filozofică, politologică, sociologică, psihologică și economică, care i-ar permite viitorului specialist să-și asume responsabilități într-o societate liberă și să se adapteze operativ și eficient la modificările din societate. La USEFS, disciplina Filosofia și logica domeniului de formare profesională urmează să fie predată ca o știință de sinteză, umanistă prin excelență, având în centrul ei omul și activitatea umană, care trebuie să îmbogățească viața și cunoașterea fiecărui student, dezvoltându-i înțelegerea sensului și devenirii culturii. Instruirea culturologică are misiunea să pregătească tinerii pentru a se orienta mai ușor în lumea contemporană, care constituie rezultatul dezvoltării istorice a mai multor culturi și civilizații umane. Totodată, aceasta va contribui la înțelegerea mai bună și stabilirea contactelor dintre reprezentanții diferitor culturi și civilizații contemporane, și în rezultat să aprecieze originalitatea și valoarea diferitor culturi, să se orienteze în mediul cultural al societății contemporane, să fie apt de a participa în dialogul culturilor. Cursul conține trei compartimente ce corespund standartelor internaționale: elemente de filozofie a culturii, istoria culturii universale, istoria culturii naționale. Compartimentul privind filosofia culturii are ca obiect de studiu procesul creației umane și rezultatul specific al acestui proces – fenomenul cultural – în multidimensionalitatea sa, precum și interrelațiile acestuia cu celelalte componente ale socialului. Sunt reflectate legile genezei și dezvoltării culturii, definiția generală, structurală și funcțională a fenomenului cultural; definiția, structura și funcționarea</p>						

	<p>valorilor, clasificarea acestora; raportul dintre cultură și civilizație; funcțiile modelatoare ale culturii; statutul de om cult, raportul dintre național și universal în cultură etc.</p> <p>Partea privind istoria culturii universale se bazează pe studierea culturilor în corespundere cu nivelurile de dezvoltare a înțelepciunii umane. Se studiază culturile de la origine și până la declin, sau până în zilele noastre. Selecția noastră s-a oprit asupra acelor care în decursul existenței lor și-au desfășurat, pe multiple planuri, toate posibilitățile creatoare, care și-au constituit un profil de o marcată originalitate, care ajungând astfel să se impună ca organisme viguroase, mature, complete, devenind adevărate modele pentru unele popoare din jur și au contribuit substanțial la îmbogățirea patrimoniului de valori al omenirii. Fiecare capitol dedicat unei anumite culturi are drept scop să releve contribuția sa efectivă și locul pe care îl ocupă astfel în istoria umanității. Compartimentul care include istoria culturii naționale îi familiarizează pe studenți cu originea, dezvoltarea de-a lungul etapelor istorice, interacțiunea cu alte culturi, specificul și originalitatea, tendințele principale ale culturii naționale și cu modalitatea încadrării ei în cultura universală. Modalitatea de abordare a temelor o constituie expunerea în sinteză a culturologiei contemporane, la o anumită problemă de filozofie a culturii sau, în cazul istoriei culturii, făcând apel la cercetătorii reprezentativi atât din domeniul istoric, precum și al filozofiei, eticii, esteticii, științei sau al istoriei artei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul filosofiei profesionale în relațiile

	<p>cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze coduri de filosofie profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul filosofiei profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	6	2	1	3
	2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	6	2	1	3
	3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	6	2	1	3
	4	Filosofia medievală	6	2	1	3
	5	Filosofia epocii Renașterii	6	2	1	3
	6	Filosofia Modernă	6	2	1	3
	7	Filosofia Contemporană: orientări și stiluri de gândire	6	2	1	3
	8	Gândirea filosofică națională.	6	2	1	3
	9	Concepte fundamentale ale ontologiei. Ontologia umanului	6	2	1	3
	10	Determinismul, principiile devenirii.	6	2	1	3
	11	Gnoseologia și Epistemologia.	6	2	1	3
	12	Antropologia.	6	2	1	3
	13	Axiologia	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3	
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; <i>Brainstorming</i> – căutarea ideilor și soluțiilor; <i>Cercetarea împărtășită</i>; <i>Citate</i> – examinarea unei personalități, unui eveniment; <i>Pânza discuției</i> – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; <i>Consultații în grup</i>; <i>Contraversa academică</i>; <i>Discuția ghidată</i>; <i>Masa rotundă</i>; <i>Predarea complementară</i>; <i>Scrierea liberă</i>; <i>Studiu de caz</i>.</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antologia de filosofie românească, voi. I București, Minerva, 1986. 2. Anton I. Adămuț, <i>Filosofia Sfântului Augustin</i>, editura Polirom 2001 3. Aristotel, <i>Statul</i>, editura Antet, București 2003 4. Aristotel, <i>Politica</i>, editura Antet, București 2003 5. Boboc A., Mihai N., <i>Filosofia contemporană. Principalele orientări și stiluri de gândire</i>, Chișinău, 1993. 6. Capcelea V., <i>Filosofie</i>, ed. a 3-a, revăzută și adăugită, Chișinău, Arc, 2002 7. Cazan Gh., <i>Istoria filosofiei românești</i>, București, Ediția Didactică și pedagogică, 1984 8. Kant Im. <i>Critica Rațiunii Pure</i>. București, Polirom 2007. 9. Didier L, <i>Dicționar de filosofie</i>. București, ed. Univers Enciclopedie, 1996. 10. <i>Filosofia contemporană</i>, București, Caramond, 1999. 11. <i>Filosofia neokantiană în texte</i>, București 1993 12. Flora L, <i>Filosofie</i>, București, ed. Fundației "România de mâne", 1999. 13. Florian M., <i>Filosofie generală</i>, București, Caramond, 1995. 14. Georgescu D., Lăcătuș M., <i>Mari filosofi ai lumii</i>, București, ed. Didactică și Pedagogică, 1995 15. <i>Istoria filosofiei</i>. sub. red. lui M. Bulgaru, vol. I, II, Chișinău, 1999 16. <i>Lecții de filosofie</i>, București, Humanitas, 1990. 17. Nietzsche F., <i>Amurgul idolilor</i>, Cluj-Napoca, 1990 18. Mirioan M., <i>Filosofie</i>, București, ed. didactică și pedagogică, 1993 19. Vasilie Muscă, <i>Introducere în Filosofia lui Platon</i>, editura Polirom, 2002 20. Schopenhauer A., <i>Lumea ca voință și reprezentare</i>, Iași, 1995 V.1, V.2, V.3 21. Schopenhauer A., <i>Viața. Amorul. Moartea</i>. București, 1992 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Consilierea educațională și a carierei profesionale					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 06 A. 47	Anul	II	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studiu Consilierea educațională și a carierei este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și răspunde unor nevoi importante ale integrării tinerilor în societatea modernă, prin:</p> <ul style="list-style-type: none">• asigurarea accesului echitabil la oferta educațională;• buna integrare socio-profesională și pe piața forței de muncă;• dezvoltarea atitudinilor și competențelor necesare pentru a face față schimbărilor viitoare pe plan personal și profesional. <p>Consilierea educațională și a carierei nu constituie un obiect de studiu sau o disciplină de studiu în înțelesul ei cotidian, ci ca o arie de aplicații, dezvoltări practice, experiențe și atitudini care trebuie învățate a fi exersate în viață. Învățarea în sfera orientării educaționale și profesionale trebuie să aibă sensul de a învăța pentru a ști să faci și nu a învăța pentru a ști. Universitatea trebuie să vizeze nu numai educarea și formarea unor tineri bine instruiți, ci și pregătirea de absolvenți direct angajabili și imediat productivi.</p> <p>În rezultat, Consilierea educațională și a carierei trebuie să fie influentă și activă în planul adecvării cu realitatea pieței muncii și schimbările sociale, cât în cel psihologic și al educației, devenind astfel, un continuu de intervenții, de o natură psihologică, pedagogică, socială, educativă, din domeniul legislativ, medical, financiar etc.</p>						
	1. Aplicarea noțiunilor, terminologiei și informației ce vizează profesii <ul style="list-style-type: none">• Identificarea informațiilor ce vizează profesii în sursele de specialitate și actele normative;						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Corelarea noțiunilor noi despre profesii unor contexte din viața cotidiană; • Analiza specificului evoluției în timp a unor profesii; <p>2. Integrarea cunoștințelor achiziționate la diferite arii curriculare în scopul ghidării în carieră</p> <ul style="list-style-type: none"> • Argumentarea relației dintre cunoștințele achiziționate în cadrul diferitor arii curriculare, prin raportare la anumite profesii; • Relevarea corelației dintre biografia unor personalități și rolul acestora în promovarea unor domenii de activitate; <p>3. Stabilirea unor legături dintre domeniile profesionale și literatura de specialitate, precu și actele oficiale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descoperirea unor similitudini dintre literatura de specialitate, actele normative și spațiul vieții în ceea ce privește profesiile; • Justificarea rolului social al modelului etic pentru diferite profesii; • Aprecierea rolului social al fiecărei profesii, precum și a propriei experiențe de viață; <p>4. Relaționarea informație despre profesie și contextul social actualizat;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea surselor de documentare în stabilirea câmpurilor lexicale ale unor profesii; • Reflectarea propriilor emoții și a experienței personale în raport cu profesiile existente. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației pentru carieră; • să caracterizeze elementele unei cariere de succes; • să-și autoevalueze capacitățile proprii și să-și determine domeniul de vocație; • să contureze profilul personalității de succes în domeniul profesional; • să argumenteze importanța educației pentru carieră pentru tineri, în particular, și societate, la general. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
	<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>		
	<p align="center">1</p>	<p>Nivel de pregătire: studii, competențe profesionale, abilități sociale, aspirații profesionale</p>	6	2	1	3
	<p align="center">2</p>	<p>Relația succes școlar – reușită personală și profesională: criterii de analiză a reușitei personale / profesionale</p>	6	2	1	3
	<p align="center">3</p>	<p>Modalități de dezvoltare competențelor, abilităților sociale, intereselor. Importanța lor în găsirea unui loc de muncă</p>	6	2	1	3
	<p align="center">4</p>	<p>Managementul carierei: obiective, principii, strategii, principii</p>	6	2	1	3
	<p align="center">5</p>	<p>Cerințele locului de muncă: fișa postului, fișa angajatului, reglementări, condiții specifice angajatorului</p>	6	2	1	3
	<p align="center">6</p>	<p>Dinamica pieței muncii: cererea și oferta de muncă. Modul de realizare a selecției și recrutării forței de muncă</p>	6	2	1	3
	<p align="center">7</p>	<p>Caracteristici și tendințe ale pieței muncii la nivel local, național, european</p>	6	2	1	3
	<p align="center">8</p>	<p>Meserii uzate moral și meserii actuale. Munca la negru, economia informală, munca în străinătate, angajarea cu carte de muncă – beneficii și consecințe</p>	6	2	1	3
<p align="center">9</p>	<p>Integrarea europeană și efectele asupra mobilității forței de muncă, cererii și ofertei pe piața muncii</p>	6	2	1	3	

	10	Dimensiunea de gen în planificarea carierei. Stereotipurile de gen ca bariere în opțiunile de carieră	6	2	1	3
	11	Documente formale privind angajarea: contractul de muncă, fișa postului	6	2	1	3
	12	Formare și re-conversie profesională în condițiile pierderii locului de muncă	6	2	1	3
	13	Portofoliu personal: rezultate la testări, premii, diplome, certificate, Curriculum Vitae (CV), autoevaluare, produse reprezentative pentru locul de muncă, recomandări	6	2	1	3
	14	Surse și oportunități de formare: centre de formare profesională, programe de formare continuă la locul de muncă, programe de scurtă durată, cursuri serale, consultanță de specialitate, învățământ la distanță / frecvență redusă, conferințe, studiu individual, învățare continuă, voluntariat	6	2	1	3
	15	Evaluarea carierei: autoevaluări ale carierei pe baza profilurilor ocupaționale, a evoluției calificărilor la nivel național și european, consultarea unor persoane specializate (psihologi, consilieri ai carierei profesionale), consultarea unor agenții de recrutare de personal	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese legate de orientarea educațională și în carieră; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de cariera profesională; • elaborarea și publicarea unor articole care țin de cariera profesională și angajarea pe piața muncii; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul orientării profesionale a tinerilor; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; • elaborarea proiectului de carieră. 					
	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Consiliere educațională și a carierei</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • evaluarea inițială, care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate 					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>sprijină profesorul în proiectarea didactică;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Culturologie</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Băban A. Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, 2009. 2. Bocoș M., Instruire interactivă, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca, 2002. 3. Calugher V., Dorgan V., Lungu E. Strengthening the Partnership between the University and Graduates: realities and Challenges. In: 3-rd Central and Eastern European LUMEN Intrenational Scientific Conference: New Approaches in Social and Humanistic Sciences, 8-9 June, 2017 Chisinau, p.103-104. 4. Calugher V. Rolul autocunoașterii în educația pentru carieră a studenților. În: "SPORT. OLIMPISM. SANATATE". Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a II-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău. p.21. ISBN 978-9975-131-51-3. 5. Calugher V., Popescu V. Social partnership in education for the students career: realities and trends. In: The Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Physical Education and Sport Management. Fascicle XV. Vol. 1, 2017, p. 31-34. ISSN-L 1454-9832 ISSN 2344-4584 (B+ category). 6. Calugher V. Monitorizarea inserției profesionale în câmpul muncii a absolvenților – instrument de management al calității procesului. In: Sport. Olympism. Health. IIIrd Edition Chisinau, Moldova 13-15 September, 2018. 7. Calugher V., Braniște Gh., Braniște T., Dorgan V. The modernization of higher education of physical culture from the Republic of Moldova in the context of the knowledge based society. In: The challenges of communication. Contexts and strategies in the world of globalism. Section: Communication, Education Sciences, Psychology and Sociology, Arhipelag XXI Press/2018, ISBN: 978-606-8624-00-6, pag.19-24. 8. Calugher Viorica, Gheorghe Braniște, Ecaterina Lungu. The Adaptation Of Physical Culture Higher Education Offer To The Labour Market. In: ICPEK 2018, International Congress of Physical Education, Sports and Kinetotherapy. Education and Sports Science in the 21st Century, Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceedings of Social @ Behavioural Sciences, ISSN: 2357-1330. 9. Cartaleanu T., Cosovan O., Goraș-Postică, V., Lîsenco S., Sclifos L. 											

Formarea competențelor prin strategii didactice interactive, Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008.

10. Consilierea și orientarea în carieră – ghid pentru studenți și absolvenți. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, 2008.

11. Cristea G., Managementul lecției. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.

12. Cucuș C., Pedagogie, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Polirom, Iași, 2006.

13. Dalat Y. Ghidul reușitei tale profesionale, Editura Polirom, Iași, 2003.

14. Dandara O. Ghidarea și proiectarea carierei în contextul educației permanente. Chișinău: CEP USM, 2012.

15. Dandara O., Mija V. Proiectarea carierei și ghidarea în carieră: Suport metodologic pentru elevii și cadrele didactice din învățământul secundar vocațional-tehnic. CEP USM, Chișinău, 2014.

16. Jigău M. Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici. Editura SIGMA, București, 2007.

17. Gheorghe A., Mățan I., Maței M. Dirigenția și consilierea. Ghid metodologic. Editura Alexandru Gheorghe, Craiova, 2004.

19. Goleman D. Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2001.

20. Colwell P. Cheia succesului, Editura Polirom, Iași, 2003.

21. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: ghidul profesorului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.

22. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: manualul elevului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.

23. Guțu VI. (coord.), Educația centrată pe cel ce învață. Ghid metodologic, CEP USM, Chișinău, 2009.

24. Guțu VI. (coord.), Psihopedagogia centrată pe copil, CEP USM, Chișinău, 2008.

26. Ionescu M., Radu I. Didactica modernă, Cluj-Napoca, Editura Dacia, 2001.

28. Lemeni G., Axente, A. Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele IX-XII/SAM, 2004.

29. Lemeni G., Miclea, M. Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră, 2010.

30. Minder M., Didactica funcțională. Obiective, strategii, evaluare, Ed. Cartier, București, 2003.

31. Măgurianu L. A., Azoitei, N. D. Un ghid mic pentru o carieră mare. ediția a II-a revizuită, Asociația Alternative Sociale, Iași, 2006.

32. Nicu A. Strategii de formare a gândirii critice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.

33. Salomia E., Marcinschi, M. Ghidul carierei mele. București: Centrul Educația 2000+, 2002.

35. Scifos L., Gorăș-Postică V.ș.a., O competență-cheie: a învăța să înveți. Ghid metodologic, Chișinău, C. E. PRO DIDACTICA, 2010.

36. Succesul profesional: ghidul profesorului și al consultantului voluntar/ Junior Achievement Romania, București, 2012.

37. Papuc I., Albu M., Jurcău N. Procesul decizional managerial în sfera educațională, 2011. 38. Pease A., Garner A., Limbajul vorbirii-arta conversației. Editura Polimark, București, 1994.

39. Temple Ch., Steele J.L., Meredith K.S. Aplicarea tehnicilor de dezvoltare a gândirii critice. Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2003.

40. Tomșa Gh. Consilierea și orientarea în școală. Casa de Editură Viața Românească, București, 1999.

41. Ghica Vasile (1998). Ghid de consiliere și orientare școlară pentru orele de dirigenție, Iași: Polirom.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Animația și animatorul în turism					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.06.A.48	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta fundamentală)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Animația și animatorul în turism” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum disciplinar „Animația și animatorul în turism” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, capabili de a elabora programe de animație turistică, de a organiza jocuri în cadrul activităților de animație, să utilizeze probele sportive în cadrul animației sportive, de ași dezvolta abilitățile de animator etc.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea activităților de animație • Gestionarea informațiilor cu privire la serviciile de animație noi apărute pe piața turistică autohtonă și internațională; • Analiza tipurilor de animație în contextul selectării acestora pentru anumite tipuri de consumatori (copii, adulți, vîrstnici, persoane cu dezabilități); • Proiectarea unor programe de animație pentru copiii din cadrul structurilor de cazare; • Susținerea și promovarea animației ca serviciu esențial în activitatea turistică contemporană. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice privind utilizarea competențelor 						

	<p>animatorului în diversificarea serviciilor turistice;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea resurselor necesare pentru desfășurarea activităților de animație; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește animația turistică. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <p>⇒ să definească noțiunile principale ale disciplinei animația și animatorul (animație, animator, program de animație etc.);</p> <p>⇒ să cunoască principalele tipuri de animație;</p> <p>⇒ să caracterizeze formele de animație existente în cadrul structurilor de cazare;</p> <p>⇒ să identifice specificul utilizării bazei tehnico-materiale a hotelului în realizarea activităților de animație;</p> <p>⇒ să identifice care sunt segmentele de consumatori pentru diverse tipuri de animație.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să conștientizeze importanța animației și animatorului în industria turistică; ➤ să efectueze analiza profesională a animatorului; ➤ să dezvolte capacitățile de organizare a activităților de animație; ➤ să elaboreze un program de animație pentru o anumită categorie de vârstă (la alegere); ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul marșurilor turistice, excursiilor, practicilor de inițiere și tehnologice. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ formarea atitudinii pozitive despre animația turistică; ▪ trezirea interesului și dorinței de a se încadra în activitățile de animație; ▪ utilizarea informației obținute în rezultatul practicii de teren în cadrul structurilor de cazare; ▪ la elaborarea programelor de animație să se asigure de eficiența emoțională, psihologică, recreativă etc., asupra publicului. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1.	Animația și animatorul – concepte, definiții și tipuri	6	2	2	2
	2.	Competențele și funcțiile animatorului turistic	6	2	2	2
	3.	Conceptele și tipologia serviciilor de animație	6	2	2	2
	4.	Activitățile de animație hotelieră	7	2	2	4
	5.	Procesul tehnologic de creare a programelor de animație	7	2	3	2
	6.	Sarcinile programelor de animație	6	2	2	4
	7.	Importanța animației în activitatea excursionistă	5	2	1	2
	8.	Animația în cadrul hotelurilor și complexelor turistice	5	1	2	2
	9.	Jocurile ca formă efectivă a activității de animație în turism	5		2	3
	10.	Pregătirea și elaborarea programelor de animație, sărbătorile, organizarea concertelor, serilor de odihnă	6		2	4
	11.	Tehnologia și specificul animației pentru copii	4		2	2
12.	Tehnologia și specificul animației de catering	4		2	2	
13.	Sărbătorile ca bază a complexului de	6	2	2	2	

		animație. Animația pentru carnaval.				
	14.	Organizarea animației sportive	6		2	4
	15.	Programele de animație în marșurile turistice și călătorii	6		2	4
	16.	Folosirea programelor de animație în pregătirea specialiștilor din sfera turismului sportiv	6		2	4
	TOTAL		90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul, de asemenea, are mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz privind tehnologia serviciilor de ospitalitate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală					100%
	Nota pentru evaluarea finală					40%
	Nota evaluarea curentă					20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare					20%
	Nota lucrul individual					20%
	<p>1. Chiriac C., Cristea A., Animația în turism și industria ospitalității. București: Editura Gemma Print, 2003.</p> <p>2. Patrichi I. Animația și animatorul în turism. București: Editura ProUniversitaria, 2010.</p> <p>3. Stănciulescu G., Jugănar I. Animația și animatorul în turism. București: Editura Uranus, 2006. 278 p.</p> <p>4. Булыгина И., Гаранина Е., Гаранин Н. Анимация в сфере гостеприимства. Москва: КноРус, 2018. 272 с.</p>					

**Referințe
bibliografice**

5. Воронина А. Анимация, анимационная деятельность: сущность понятий. Ученые записки Таврического национального университета им. В.И. Вернадского. Серия «География». Том 25(64). 2012. №3, с.49-55.
6. Гальперина Т. Режиссура культурно-досуговых программ в работе менеджера туристской анимации. Учебно-практическое пособие. Москва: Издательство: Советский спорт, 2008. 292 с.
7. Гаранин Н., Булыгина И. Менеджмент туристской и гостиничной анимации. Учебное пособие. Москва: Российская международная академия туризма, 2002.
8. Долганова Е. Использование анимационных программ при подготовке специалистов в спортивном туризме. Материалы научной конференции «Динамика научных исследований - 2009»
9. Засимович Е., Волобуева И. Современные проблемы сервиса и туризма. Москва, 2010. №4., с.41-48.
10. Курило Л. Теория и практика анимации: Теоретические основы туристской анимации. Москва: Издательство: Советский спорт, 2006. 218с
11. Курило Л. Теория и практика анимации: Ч.1. Теоретические основы туристской анимации: Учебное пособие. Москва: Советский спорт, 2006. 195 с.
12. Левочкина Н. Анимация в туризме. Методическое указание к лекционно-семинарскому. Омск, 2017. 16 с.
13. Пядушкина И. Анимация в социально-культурном сервисе и туризме. Иркутск, 2011.
14. Третьякова Т. Анимационная деятельность в социально-культурном сервисе и туризме. Москва, 2008. 269 с.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Pedagogie
tel.: 022 31-10-09
E-mail: decanatpef@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		SERVICII HOTELIERE, TURISM ȘI AGREMENT					
Denumirea cursului		Turismul ecologic					
Titularul cursului		Grosu Maria					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.06. A.49	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turismul ecologic” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților ciclul I, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul catedrei Natație și Turism, Facultatea Pedagogie, USEFS.</p> <p>Curriculum disciplinar „Turismul ecologic” este un document reglator, ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii viitorilor specialiști în turism. Este o parte componentă a sistemului de învățământ, având menirea de a aborda teoretic și aplicativ principalele aspecte specifice pentru această disciplină, ce cuprinde cele mai recente inovații legate de domeniul turismului ecologic și protejarea mediului înconjurător.</p> <p>În lumea modernă industria turismului este unul dintre sectoarele cele mai dinamice de dezvoltare și profitabile ale economiei mondiale. Numărul solicitărilor pentru diferite tipuri de activități turistice crește în fiecare zi, în același timp crește proporțional și epuizarea resurselor turistice. Satisfacția cererii turistice în continuă creștere contrazice utilizarea rațională a resurselor turistice. Acesta a fost principalul motiv pentru nașterea turismului ecologic. Dezvoltarea turismului ecologic este cea mai perfectă și poate singura modalitate de a reduce impactul negativ asupra ecosistemelor ca urmare a activităților turistice.</p> <p>Turismul ecologic este o formă de turism desfășurată în arii naturale, al cărui scop îl reprezintă cunoașterea și aprecierea naturii și culturii locale, care presupune măsuri de conservare și asigură o implicare activă, generatoare de beneficii pentru populația locală. Contribuie la o mai bună înțelegere, apreciere, descoperire și</p>						

	<p>valorificare a cadrului natural, cultural și a tradițiilor locale. Oferă cele mai bune practici de turism și planificare din punct de vedere al conservării naturii și dezvoltării durabile. Produsul ecoturistic se desfășoară și este condus astfel încât să protejeze și să pună în valoare mediul natural și cultural în care se desfășoară, contribuind în mod pozitiv la protejarea ariilor naturale, oferind modalități practice pentru bunul management al acestora.</p> <p>Cunoștințele dobândite de studenți vor servi la identificarea diferitelor tipuri de ecosisteme și valorificarea turistică a acestora; vor contribui la cunoașterea normelor și standardelor unei utilizări raționale a mediului natural. Turismul ecologic asigură o reducere a impactului negativ asupra comunității locale vizitate și contribuie la conservarea culturii și tradițiilor locale. Activitățile de ecoturism oferă contribuții durabile privind dezvoltarea comunităților locale, în același timp contribuind constructiv pe termen lung la dezvoltarea acestor comunități.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul turismului ecologic; • Definirea și descrierea principalelor noțiuni, principii, linii directoare ale ecoturismului; • Evaluarea consecințelor pe care le are dezvoltarea ecoturismului asupra ecosistemelor geografice naturale și antropice; • Identificarea și analiza potențialului ecoturistic al unor destinații. Folosirea TIC pentru prelucrarea informațiilor și analiza lor. • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor la nivel internațional și național privind industria turismului ecologic; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de analiză a produsului turistic ecologic; • Proiectarea strategiilor manageriale a turismului ecologic în contexte locale, regionale, naționale și globale; • Susținerea, colaborarea și promovarea ideilor și valorilor ecologice în domeniul turismului; • Identificarea potențialului ecosistemului natural pentru dezvoltarea turismului ecologic; • Asumarea responsabilității în promovarea turismului ecologic. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale turismului ecologic; • Aplicarea strategiilor de muncă eficientă și responsabilă, pe baza principiilor, normelor și a valorilor codului de etică profesională; • Aplicarea modalității de întocmire a contractelor în sfera comercializării produselor turistice ecologice; • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă, atitudine etică față de grup, respect față de diversitate și multiculturalitate; acceptarea diversității de opinie; • Autoevaluarea nevoii de formare profesională continuă în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieții muncii în domeniul turismului ecologic.
	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Turism rural” (turism rural, pensiune turistică, sat de vacanță, ospitalitate, agropensiune ș.a); ➤ să cunoască destinațiile turistice rurale existente în Republica Moldova; ➤ să identifice specificul organizării activității gazdei în procesul de primire a turiștilor în cadrul pensiunilor rurale; ➤ să cunoască cum se efectuează un plan de afaceri pentru deschiderea unei pensiuni, agropensiuni sau sat de vacanță; ➤ să cunoască specificul și esența acestei ramuri, în scopul valorificării turistice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine raportul dintre turist și gazda pensiunii rurale;

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>➤ să analizeze studii de caz în domeniul turismului rural din diverse țări ale lumii;</p> <p>➤ să determine care sunt cauzele unei nereușite în procesul de creare a unei afaceri turistice în mediul rural;</p> <p>➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de inițiere sau tehnologice (în cazul dacă practica are loc în structurile turistice din mediul rural al Republicii Moldova).</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>➤ să țină seama de particularitățile fiecărei pensiuni din Republica Moldova și integrarea acesteia pe piața turistică autohtonă;</p> <p>➤ să cunoască care sunt particularitățile pieței turismului rural din Republica Moldova și internaționale;</p> <p>➤ să conceapă proiecte și să stabilească pași de derulare a acestora, în scopul dezvoltării turismului la nivel național sau în profil teritorial.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Semin ar</p>	<p>LI</p>
			<p>1</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>2</p>
			<p>2</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>3</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>2</p>
			<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>5</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>2</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>7</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>8.</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>4</p>
			<p>9.</p>		<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>10.</p>		<p>2</p>	<p>4</p>
			<p>11.</p>		<p>4</p>	<p>3</p>
			<p>12.</p>		<p>2</p>	<p>4</p>
			<p style="text-align: center;">Total</p>	<p>90</p>	<p>15</p>	<p>30</p>
<p>sugestii metodologice de predare-învățare</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat,</p>						

<p>Strategii de evaluare a rezultatelor academice</p>	<p>potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare) Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnariuc, N., Vădineanu, A., <i>Ecologie</i>, Edit. Didactică și Pedagogică, București, 1992. 2. Vădineanu, A., <i>Dezvoltare durabilă: Teorie și practică/Partea I</i>, pag. 11-113, Editura Ars Docendi, Universitatea din București, 1998. 3. Vădineanu, A., <i>Managementul dezvoltării: O abordare ecosistemică</i>, Partea I, pag. 21-72, Editura Ars Docendi, Universitatea din București, 2004. 4. Rîșnoveanu, G., Vădineanu, A., <i>Evaluarea rolului asociațiilor și populațiilor în funcționarea sistemelor ecologice: Studiu de caz - Oligochetele Acvatice din Dunăre și Delta Dunării</i>. Editura Ars Docendi, Universitatea din București, 2000. 5. Carmen Postolache, Cristian Postolache, <i>Introducere în ecotoxicologie</i>, Editura Ars Docendi, Universitatea din București, 2000. 6. Bica I. <i>Ecologie. Principii de baza</i>. Bucuresti: Editura Universitatii Tehnice de Constructii Bucuresti, 2000. 7. Popescu M, Popescu M. <i>Ecologie aplicata</i>. Bucuresti: Editura Matrix, 2000. 8. Bran, F., Simon, T., Puiu Nistoreanu. <i>Ecoturism</i>. Bucuresti; Editura Economică, 2000. 9. Cooper, C., Fletcher, J., Gilbert D., Wanhill, S. <i>Tourism, Principles and Practice</i>. Harlow: Longman, 1998. 10. Neacsu, N. <i>Turismul si dezvoltarea durabilă</i>. Bucuresti: Editura Expert, 2000. 11. Puiu Nistoreanu, Tigu, G., Popescu, D. <i>Ecoturism si turism rural</i>. Bucuresti; Editura ASE, 2003. 12. Puiu Nistoreanu, Marinela Gheres (coordonatori). <i>Turism rural. Tratat</i>. Bucuresti: Beck, 2010. 13. Tigu, G. <i>Turismul montan</i>. Bucuresti: Editura Uranus. 2011. 14. Бочкарева Т. В., Самарцев С. Е., Хлыстова Я. Г. <i>Эколого-культурный туризм: технологии и опыт организации</i>. В: <i>Экологический туризм на пути в Россию</i>, 2002. 45 с. 15. Кекушев В. П., Сергеев В. П., Степаницкий В. Б. <i>Основы менеджмента экологического туризма</i>. М.: МНЭПУ, 2001. 16. Чудновский А. <i>Менеджмент в туризме и гостиничном хозяйстве</i>. Учебник-3 изд. Москва: КНОРУС, 2014. с. 237. 17. Руденко И. <i>Природнонаследие и экологический туризм</i>. Казахстан, 											

Алма-Ата. 2002. 12 с.

18.Mindrigan V., Onoi M., Berzan S. Tehnica operațiilor de turism: (note de curs). Chișinău Editura USEFS, 2013.-172 p.

19.Onoi M., Mindrigan V., Berzan S. Marketing turistic. Chișinău: USEFS, Prag 3, 2012.

20.Strategia de dezvoltare a turismului „Turism 2020”.
<https://mecc.gov.md/ro/content/strategia-de-dezvoltare-turismului-turism-2020>.

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA SPORT



DOMENIUL GENERAL DE STUDIU

100 ȘTIINȚE ALE SPORTULUI

PROGRAMUL DE STUDII

1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV

CICLUL I (licență), 240 ECTS

CATALOGUL CURSURILOR

**în conformitate cu Planul de învățământ aprobat de ME RM din
26.07.2017**

nr. de înregistrare 18158



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I Semestrul 1

ANUL I Semestrul 1							
Programul de studii	1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV						
Denumirea cursului	Anatomia aparatului locomotor						
Titularul cursului	Moroșan Ion, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Deleu Inga, dr. în biologie, conf. univ.						
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 01 O.01	Anul	I	Semestrul	I
Nr.credite	3	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (F-componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii "Anatomia aparatului locomotor" este studiată de către studenții facultății Sport. Disciplina reflectă informația despre structura țesuturilor osos și muscular, tipurile de țesuturi (osos și muscular), structura, dezvoltarea și clasificarea oaselor după anumite principii, legăturile dintre oase (legături neîntrerupte și întrerupte sau diartrozele). De asemenea, disciplina studiază părțile componente ale scheletului uman (scheletul capului, trunchiului, membrelor superioare și inferioare), structura mușchilor scheletici (fascicol muscular, fibra musculară), clasificarea mușchilor, grupele de mușchi: mușchii capului, gâtului, trunchiului (spate, torace, abdomen), mușchii membrelor superioare și inferioare.</p> <p>Studierea disciplinei Anatomia aparatului locomotor este foarte importantă în vederea formării unui specialist competent în domeniul antrenamentului sportiv.</p> <p>Scopul disciplinei constă în înzestrarea studenților cu cunoștințe și formarea competențelor teoretice și practice în domeniul anatomiei aparatului locomotor, necesară în</p>						

	<p>activitatea lor profesională.</p> <p><i>Curriculum-ul disciplinei se bazează pe anumite obiective, care sunt în raport cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • formarea competențelor teoretice privind structura sistemului osos a organismului uman; • asigurarea competențelor teoretice privind anatomia sistemului articular și muscular; • folosirea efectivă a cunoștințelor teoretice și practice din domeniul anatomiei în activitatea profesională. <p>Pentru asigurarea realizării obiectivelor sunt utilizate activități de învățare la orele de curs și verificare a cunoștințelor la orele de seminar, unde se percepe nivelul de cunoaștere și înțelegere a materialului predat. În conformitate cu planul de învățământ studenții facultății Sport, USFFS studiază disciplina Anatomia aparatului locomotor în anul I de studii, semestrul I, și anume 90 ore total pe parcursul unui semestru, ceea ce corespunde la 3 credite.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei reprezintă baza teoretico-practică în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea aprofundată a bazei teoretice privind țesutul osos și muscular, structura, dezvoltarea și clasificarea oaselor; • posedarea cunoștințelor despre scheletul uman (scheletul capului, trunchiului, membrelor); • cunoașterea detaliată a materialului teoretic privind sistemul articular (componentele și particularitățile anatomice ale articulației); • înțelegerea minuțioasă a mișcărilor în articulații în jurul diferitor axe (frontală, sagitală, verticală); • priceperi privind biomecanica articulațiilor; • cunoașterea specificului mișcărilor în timpul efortului fizic sau a antrenamentului sportiv; • cunoștințe detaliate privind anatomia musculaturii scheletice, structura fibrei musculare, clasificarea mușchilor după criterii specifice; • cunoașterea tuturor grupelor de mușchi scheletici în organismului uman (mușchii capului, gâtului, trunchiului, membrelor); • aplicarea fundamentelor teoretice în activitatea sa practică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • îndeplinirea responsabilă a obiectivelor profesionale; • familiarizarea cu lucrul în echipă; • conștientizarea necesității de formare continuă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ definirea noțiunilor de țesut osos și muscular; ▪ cunoașterea componentei active și pasive ale aparatului locomotor; ▪ cunoștințe privitor anatomia osului; ▪ identificarea principiilor de clasificare a oaselor, tipurile de oase; ▪ identificarea componentelor unei articulații; ▪ cunoașterea părților componente ale scheletului uman; ▪ cunoașterea minuțioasă a scheletului capului, trunchiului și membrelor; ▪ identificarea structurii mușchiului scheletic (a fascicolului muscular, fibrei musculare); ▪ cunoașterea principiilor de clasificare a mușchilor scheletici, tipurile de mușchi; ▪ identificarea tuturor grupelor de mușchi scheletici ale organismului uman; ▪ cunoașterea aprofundată a mușchilor capului, gâtului, trunchiului și membrelor. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ înțelegerea structurii sistemului osteo-muscular; ▪ determinarea părților componente ale scheletului uman; ▪ determinarea componentelor unei articulații și tipurilor de articulații după anumite criterii; ▪ analiza mișcărilor în diferite articulații; ▪ înțelegerea structurii musculaturii scheletice; ▪ determinarea și analiza tuturor grupelor de mușchi scheletici; ▪ aplicarea cunoștințelor teoretice și a capacităților acumulate, în activitatea profesională.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ explicarea structurii sistemului osteo-muscular; ▪ redarea cunoștințelor privind legătura dintre cele trei componente ale aparatului locomotor, și anume: a sistemului osos, articular și muscular; ▪ deslușirea importanței de a cunoaște toate grupele de mușchi scheletici; ▪ relatarea semnificației de identificare a punctele de fixare a mușchilor scheletici (punct imobil, punct mobil). 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Introducere în cursul de anatomie. Țesuturile. Tipurile de țesut osos și muscular.	6	1	2	3
	2.	Sistemul osos – componenta pasivă a aparatului locomotor. Structura, dezvoltarea și clasificarea oaselor. Artrologia. Legăturile neîntrerupte și întrerupte sau diartrozele. Componentele unei articulații.	14	2	4	8
	3.	Scheletul uman. Oasele craniului cerebral și facial. Legăturile dintre oasele craniului. Diartroza temporo-mandibulară.	12	2	4	6
	4.	Scheletul trunchiului. Oasele cutiei toracice. Coloana vertebrală. Curburile coloanei vertebrale. Legăturile dintre oase.	12	2	4	6
	5.	Scheletul membrului superior și inferior. Oasele centurii scapulare și membrului superior liber. Oasele centurii pelviene și membrului inferior liber. Articulațiile la nivelul membrelor.	12	2	4	6
	6.	Sistemul muscular – componenta activă a aparatului locomotor. Structura mușchiului scheletic. Clasificarea mușchilor scheletici după formă și funcție.	12	2	4	6
	7.	Mușchii capului (mimici și masticatori), mușchii gâtului și mușchii trunchiului (m. toracelui, m. spatelui și ai cefei, și m. abdominali).	12	2	4	6
	8.	Mușchii membrului superior (m. centurii scapulare și m. membrului superior liber) și mușchii membrului inferior (m. centurii pelviene și m. membrului inferior liber).	10	2	4	4
Total			90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul.</p> <p>Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dar și cu prezentarea unor prelegeri asistate la calculator în programul Power Point. De asemenea, activitatea de curs va integra utilizarea mijloacelor audio-vizuale în predare: prezentarea materialelor video, a filmelor științifice.</p> <p>Seminarele se realizează prin verificarea cunoștințelor obținute la curs, se explică noțiunile anatomice cu utilizarea planșelor, atlasului, mulajelor, preparatelor anatomice. De asemenea, în timpul lecțiilor de seminar se utilizează așa metode ca: dezbaterea, observarea, demonstrarea, problematizarea și învățarea prin cercetare și descoperire. Se utilizează aparatele antropometrice, în vederea asocierii elementelor teoretice cu experiențele practice, dar și metode de lucru în grup.</p>					
	<p><i>Evaluarea curriculară este realizată prin trei forme de evaluare: inițială, curentă și finală:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluarea inițială</i> se efectuează oral la începutul activităților de predare, în scopul determinării nivelului de pregătire și potențialului de învățare a studenților prin metoda 					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>conversației orale și interviului.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Evaluarea curentă/formativă</i> se efectuează scris sub forma a două lucrări de control / teste, care se realizează în cadrul orelor de seminar. Lucrarea de evaluare integrează subiecte din mai multe teme studiate, care includ cele trei nivele: de cunoaștere, aplicare și integrare și se efectuează cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele stabilite au fost realizate. De asemenea, pe parcursul semestrului se verifică lucrul individual al studenților (referate, lucrări grafice, prezentări Power Point ș.a.). Astfel, în timpul semestrului se determină nivelul de cunoaștere, înțelegere, aplicare în practică a cunoștințelor căpătate. • <i>Evaluarea finală sumativă scrisă/orală</i> se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin 9 subiecte, care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen. 	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminar</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota pentru lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Erhan E., Deleu I., Dorgan V. Anatomia funcțională a sistemului osos. Chișinău: Print-Caro, 2014, 65 p. 2. Baci Gh. S. Anatomia organelor interne (indicații metodice). Chișinău, 1987, 44 pag. 3. Baci Gh. S. Anatomia sistemului nervos (indicații metodice), Chișinău, 1988, 38 pag. 4. Moroșan R., Dorgan V., Moroșan I., Dorgan V. Atlas la anatomie. Chișinău, 2018. 5. Octavian Maței. Anatomiasomatică a omului. Braila, Ed. Evrika, 2000. 6. Mihail Ștefan. Anatomia omului. Volumul I. Chișinău, Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, 2007. 7. Baci Gh. S. Anatomia și morfologia sportivă. Chișinău, 1993. 283 p. 8. Baci Gh. S. Bazele morfologiei de vârstă și adaptării sportive (material didactic). Chișinău, 1987, 76 pag. 9. Dorgan V., Țiganaș O., Moroșan I. Anatomia funcțională a aparatului muscular. Ghid metodic. Chișinău: tipografia USEFS, 2018. 63 p. 10. Абрахамс П. Анатомия человека. Москва: АСТ, 2019, 256 с. 11. Билич Г.Л. Атлас. Анатомия и физиология человека: полное практическое пособие. Москва: Эксмо, 2017, 80 с. 12. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека. Москва: Академия, 2019, 208 с. 13. Горбунов А.В. Анатомия человека. Санкт-Петербург: Спецлит, 2016, 352 с. 14. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека. Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Москва: Спорт, 2020, 624 с. 15. Колесников Л. Анатомия человека. Т.1. Остеология, артросиндесмология, миология. В 3х томах / Л. Колесников. Москва: Гэотар-Медиа, 2019, 480 с. 16. Краев А.В. Анатомия человека. Москва: Бином-Пресс, 2016, 960 с. 17. Сапин М. Р. Анатомия человека. Атлас. В 3 томах. Том 1. Учение о костях, соединениях костей и мышцах. Москва: Практическая Медицина, 2017, 424 с. 18. Сапин М.Р. Анатомия человека с элементами физиологии. Москва: Медицина, 2016, 432 с. 19. Сапин М.Р. Анатомия человека: В 2 т. Т. 2: Учебник / М.Р. Сапин. Москва: Академия, 2019, 256 с. 20. Сапин М.Р. Нормальная анатомия человека. Учебник. В 2 кн. Кн. 1 / М.Р. Сапин, Г.Л. Билич. Ереван: МИА, 2017, 480 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Moroșan Ion

Deleu Inga



**Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport**

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Biochimia					
Titularul cursului		Delipovici Irina, dr. în pedagogie, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 01 O.02	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact Direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	45	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Biochimia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul ”Antrenament sportiv”, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ.</i> Obiectivele esențiale ale disciplinei Biochimia se referă la organizarea chimică a organismelor vii sub raportul structurii, funcției și proprietățile biomoleculilor, la natura și mecanismele reacțiilor biocatalitice asociate structurilor celulare și intracelulare, la procesele biochimice ale metabolismului, la reglarea și controlul biochimic al activității celulare. Obiectivele generale ale cursului „Biochimia” sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Furnizarea cunoștințelor de bază necesare înțelegerii proceselor biochimice ce au loc în organism, a diferitelor tipuri de efort, a capacității de efort etc. atât pe parcursul antrenamentelor, cât și în afara lor; - Prezentarea principiilor generale și a mecanismelor esențiale de funcționare, autoreglare și adaptare a organismului sportivului ; 						

	<ul style="list-style-type: none"> - Oferirea unui suport științific pentru aspectele esențiale privind mecanismele de autoreglare, perfecționare și autostructurare a organismului supus efortului fizic; - Să înțeleagă studenții cum funcționează sistemele organismului uman, împreună, pentru a susține efortul din antrenament și competiții. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască și să folosească noțiunile specifice disciplinei ; • să explice noțiunile și conceptele biochimice raportate la efort ; • să interpreteze și evalueze complexe de modificări ale parametrilor biochimici în condiții de efort sau de restabilire după efort ; • să folosească terminologia disciplinei ; • să comunice și să colaboreze cu studenții ; • să aplice cunoștințele acumulate în situații profesionale diferite ; • valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice și de cercetare. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • executarea responsabilă a sarcinilor profesionale; • familiarizarea cu lucrul în echipă; • conștientizarea nevoii de formare continuă.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Biochimia (metabolism, sisteme disperse, sisteme tampon, acidoză, alcaloză, hematocrit, elemente figurate, proteine, lipide, glucide, ADN, ARN etc.); ▪ să identifice părțile componente ale sistemelor tampon și modul lor de activitate ; ▪ să caracterizeze vitaminele și hormonii; ▪ să identifice cum are loc resinteza ATP-ului în diferite tipuri de efort fizic; ▪ să identifice compoziția chimică și proprietățile funcționale a mușchilor striati ; ▪ să caracterizeze zonele efortului fizic. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine mecanismele de resintează a ATP-ului ; ▪ să elaboreze o rație alimentară rațională în dependență de vârstă, sex, tipul de sport practicat, condițiile climaterice etc.; ▪ să analizeze și să explice capacitatea de efort a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul lecțiilor practice de educație fizică. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența biochimiei efortului fizic ; ▪ să îmbine cunoștințele acumulate în cadrul cursului în procesul de pregătire; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru elaborarea programei individuale de antrenament;

▪ să respecte particularitățile disciplinei date.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Introducere în biochimie	4	1	2	1
	2	Sistemele disperse apoase ale organismului	6	-	2	4
	3	Reacția activă a SDA. Ionizarea apei	6	1	2	3
	4	Hormonii – reglatorii proceselor biochimice din organismul uman	4	-	2	2
	5	Vitaminele și rolul lor în activitatea enzimelor	4	-	2	2
	6	Biocataliza	6	1	2	3
	7	Bioenergetica	6	1	2	3
	8	Biochimia glucidelor	10	2	4	4
	9	Biochimia lipidelor	7	1	2	4
	10	Biochimia proteinelor	7	1	2	4
	11	Biochimia acizilor nucleici	7	1	2	4
	12	Metabolismul hidro-salin	3	-	2	1
	13	Biochimia contracției musculare	7	1	2	4
	14	Dinamica proceselor biochimice într-un efort muscular	7	1	2	4
	15	Procese biochimice ce au loc în organism în perioada de restabilire după efort	6	1	2	3
	16	Bazele biochimice ale dezvoltării calităților motrice ale sportivilor	8	1	4	3
	17	Factorii biochimici ai capacității de efort a sportivilor	7	1	2	4
	18	Bazele biochimice ale alimentației raționale a sportivilor	6	1	3	2
	19	Controlul biochimic în sport	4	-	2	2
	20	Dopingul și performanța sportivă	4	-	2	2
	Total		120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>										
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="537 527 1295 573">Nota finală</td> <td data-bbox="1295 527 1580 573">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 573 1295 619">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1295 573 1580 619">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 619 1295 665">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1295 619 1580 665">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 665 1295 711">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1295 665 1580 711">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 711 1295 726">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1295 711 1580 726">20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%
Nota finală	100%										
Nota pentru evaluarea finală	40%										
Nota evaluarea curentă	20%										
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%										
Nota lucrul individual	20%										
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> Delipovici I. "Caiet de sarcini" pentru orele facultative și independente la cursul de lecții "Biochimia", Ed. Print – Caro, Chișinău, 2020 – 64 p. Delipovici I. "Biochimia", Note de curs, ed. Print-Caro, Chișinău, 2019-231p. Delipovici I. "Asigurarea biochimică a pregătirii sportive", Congresul Științific Internațional Ediția VI-a "Sport. Olimpism. Sănătate", USEFS, Chișinău, 16-18 septembrie, 2021 Delipovici I., Annual dynamics of physical development harmony indicators of adolescents, Conferința Științifică Internațională Ediția I Tradiții, realități și perspective ale dezvoltării culturii fizice, Chișinău, 25–26 Mai, 2018 Delipovici I. Methodology of teaching physical education by implementing the game and competition method. International Congress of Physical Education, Sport and Kinetotherapy. Education and Sport Science in the 21st Century Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceeding of Social & Behavioural Sciences. Future Academy. ISSN 2357-1330, p.178-184 Delipovici I. Metodologia predării lecțiilor de educație fizică la elevii de 14-15 ani prin implementarea metodei jocului și competiției. Methodology of teaching physical education lessons for 14-15 year-old pupils by implementation of the game and competition method. Revista „Știința culturii fizice” nr.31/2, Chișinău, USEFS, 2018. ISSN 1857-4114, e-ISSN 2537-6438, p.31-44. CZU 796.077.5 Волков Н.И., Несен Э.Н. , Осипенко А.А., Корсун С.Н. „ Биохимия мышечной деятельности”, Олимпийская литература, Киев 2000 – 502 с Мохан Р., Глессон М., Гринхафф П. „ Биохимия мышечной деятельности и физической тренировки”, Олимпийская литература, Киев 2001. – 194с. Рогозкин В.А. „ Биохимическая диагностика в спорте”, Л: Наука, 1988. – 50с. Fusu I. „Biochimia exercițiilor fizice”, - Chișinău, INEFS, 1997. – 21p. Fusu I. „Biochimia statică, dinamică și funcțională”, - Chișinău, INEFS, 1999. – 77p. Demeter A., Chircoiașu M., “Fiziologia și biochimia educației fizice și sportului”. București, Ed. Sport – Turism 1979. – 379p. Vâjîială Graziela Elena „Biochimia efortului”. București, Ed. România de mâine, 2002. – 140p. Bezdead P. „Vitaminele și sănătatea”, București, 1994. – 62p. Conunov Ț. , Popov M., Fusu I. „Curs de chimie”, ed. Lumina, Chișinău, 1994. Glinca N. „Chimie generală ”, ed. Lumina, Chișinău, 1967. Rusu V., Deutesch G., „Biochimie medicală generală”, ed. Medicală, București, 										

	<p>1996. – 254p.</p> <p>18. Essen B., Jansson E. “Metabolic characteristics of fibre types in human skeletal muscle” // Acta Physiol., 1995. – 153p.</p> <p>19. Weineck J. Biologia și sportul. Traducere S.D.P., vol I-II, București, 1995. – 374p.</p> <p>20. Dragan I. „Medicină sportivă”, ed. Medicală, București, 2002. – 797p.</p> <p>21. Christine A. Rosenbloom. „Sports nutrition”, American Dietetic Association, 2012. – 507p.</p> <p>22. Бендел Дж. „Сокращение и расслабление мышц”, Пер. с англ. – Москва, Мир, 1990. – 254с.</p> <p>23. Ермолаев М. , Ильичева А. « Биологическая химия», Медицина, Москва, 1990. – 263с.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Delipovici Irina



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Limba engleză - I					
Titularul cursului		Bardier Adelina, asistent universitar					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G 02 O.11	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	catedralimbi@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			180	-	90	-	90
Nota de prezentare	<p>Disciplina la Limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Sport. Programul prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă, poezii, poeme), care permite dezvoltarea vorbirii orale libere, exprimarea gândurilor și opiniilor personale, ce duc la lărgirea orizontului și a formării capacităților de analiză și sinteză.</p> <p>Prezentul curs, din programul de studii, reprezintă rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de nivelul actual al învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de Credite Transferabile de Studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea conținuturilor modulare adaptate nevoilor și experiențelor de învățare a viitorilor specialiști sub formă de suport scris, audio și video și corelarea acestora la nivelul diferitelor registre lingvistice; • Realizarea acelor tipuri de exerciții și sarcini de învățare care să stimuleze achiziționarea de competențe lingvistice și să faciliteze transferul de cunoștințe specifice obiectivelor de studiu din planul de învățământ prin intermediul instrumentului de comunicare de lucru al limbii străine 						

	<ul style="list-style-type: none"> Susținerea și organizarea întrunirilor, meselor rotunde, măsurilor educative în promovarea limbii engleze; Selectarea conținuturilor astfel încât să înlesnească evaluarea individuală și de grup a progreselor realizate; Înșușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată; Înșușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală; Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă; 					
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> înșușirea terminologiei sportive în limba engleză; cunoașterea regulilor de reducere a unui text; elaborarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; redactarea și corectarea unui text de specialitate, care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale; înșușirea regulilor gramaticale pentru a formula corect un enunț (oral sau scris); <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> utilizarea corectă a formulelor de politețe; audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; pregătirea și prezentarea unei comunicări pe anumite teme de specialitate; explicarea unui concept, discutat la lecția precedentă, utilizând logic lexicul sportiv și aducând suficiente exemple sau detalii suplimentare, pentru a explica tema într-un mod adecvat; formularea unor întrebări în baza textului de specialitate studiat; identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate; utilizarea metodei scanării în căutarea răspunsurilor la întrebări, adresate în prealabil <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> participarea activă la interacțiunile verbale; elaborarea și scrierea planului unui text de specialitate cunoscut; extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale, în sensul deschiderii către valorile spirituale ale țării, limba căreia se studiază; 					
<p style="text-align: center;">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">N/o</p>	<p style="text-align: center;">Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Ore practic e	LI	-
	1	Introductory Lesson	2	2	-	-
	2	Initial Test	2	2	-	-
	3	About Myself	4	2	2	-
	4	My Family	4	2	2	-
	5	My Flat	4	2	2	-
	6	My Hobby	6	2	4	-
	7	Human Body	8	4	4	-
	8	We are Students	6	2	4	-
	9	English Language Lesson	6	2	4	-
	10	Our University	8	4	4	-
	11	A Student's Working Day	4	2	2	-
	12	A Student's Day Off	4	2	2	-
	13	Great Britain and London	8	4	4	-
	14	USA and Washington	8	4	4	-
	15	Moldova and Chisinau	6	2	4	-

	16	Educational System in Great Britain	8	4	4	-
	17	Educational System in the USA	8	4	4	-
	18	The Training Process	8	4	4	-
	19	Physical Training Lesson	8	4	4	-
	20	My Speciality	8	4	4	-
	21	Sports in Great Britain	8	4	4	-
	22	Sports in the USA	8	4	4	-
	23	Sports in Moldova	8	4	4	-
	24	Track-and-field Athletics	8	4	4	-
	25	Weightlifting	8	4	4	-
	26	Wrestling ”Andrei Doga.,	8	4	4	-
	27	Gymnastics	8	4	4	-
	28	Revision	2	2	-	-
	29	Final Test	2	2	-	-
	Total		180	90	70+20	Lect. Part.
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Cursul este organizat sub formă de lecții practice. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de predare a noilor cunoștințe, reluare/recapitulare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), Snow Ball etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>În învățământul universitar evaluarea desemnează orice proces care măsoară și apreciază gradul de însușire a cunoștințelor teoretice, nivelul de dezvoltare a deprinderilor, abilităților și aptitudinilor, precum și atitudinile fiecărui student în raport cu programul de studii aferent domeniului și specializării alese. Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p><i>Evaluarea curentă</i> a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei sportive pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p><i>Evaluarea finală</i> a cunoștințelor studenților are ca scop controlul final al materialului studiat pe parcursul semestrelor I, II și se realizează prin examen. Conținutul examenului prevede: traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului; citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu; conversația pe o temă studiată; traducerea lexicului de specialitate.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				40%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. P.F. Degtiariova P.F, M., „English” 1989 2. А.В. Парахина, С.А. Тылкина «Учебник английского языка» - Москва, Высшая школа, 1982 3. D. Melenciuc, E. Onofreiciuc „English for High School”- Chișinău, 2000 4. V. Ștefănescu – Drăgănești “Basic English” (curs rapid de limbă engleză) Meteor – Press, 2002 5. Ю. Галицынский «Грамматика английского языка» (сборник 					

упражнений). Санкт Петербург, КАРО, 2006 6. Ellen Henrichs – Kleinen „Gramatica limbii engleze”, Editura Niculescu, București, 2003 7. “Keep the spirit Alive “International Olympic Academy, 2003 8. American Celebrations (Peace Corps), 1996 9. Dicționar Englez – Roman și Român – Englez, Chișinău-2005 10. C. Nedelcu, I. Murar, A.Bantaș, Dicționar român – englez, Teora București, România – 2001 11. L. Levițchi /A.Bantaș, Dicționar englez – român, Teora București, București, 2001 12..M. Timonova: „Быстрее, выше, сильнее”, М., 1988 Sport 4 x 100, М., 1968 Britain in Brief. M, 993 13. Oxford Advanced Learners Dictionary 2005.

Data completării: 01.09.2021

Bardier Adelina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Limba franceză					
Titularul cursului		Coronovschi Zinaida, asistent universitar					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G 01 O. 04	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Catedra de Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180		90		90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina la Limba franceză este destinat profesorilor care predau limba franceză în Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, la facultatea de sport.</p> <p>Procesul instructiv-educativ organizat conform acestui curriculum va fi organizat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei și mijloacele și căile de realizare a procesului de predare/ învățare.</p> <p>Cursul de limba franceză constituie o continuare a cursului liceal și este bazat pe studierea textelor de specialitate, a unor teme de conversație, care, de asemenea, au tangențe cu domeniul educației fizice și sportului, articole extrase din presa sportivă.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posedarea practică a limbii străine ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și cu folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a. • Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor proprii cu privire la cele expuse. • Întreținerea unei convorbiri, discuții pe anumite teme prevăzute de programă. • Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara respectivă, mai ales a cunoștințelor referitoare la organizarea sportului în corelație cu lumea sportului din R. Moldova, care să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori spirituale comune sau diferite din cele două culturi vizate, română și franceze. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea modalităților eficiente de stimulare a potențialului creativ al studenților. • Dezvoltarea relațiilor de comunicare eficientă și constructivă în plan cognitiv, afectiv – motivațional, atitudinal și practic-aplicativ. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • însușirea terminologiei sportive în limba franceză; • asimilarea materialului gramatical în vederea extragerii informației exacte dintr-un text de specialitate (educație fizică și sport) și formulării corecte a unui enunț (oral sau scris); • asimilarea diverselor tipuri și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta; • însușirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului științific; • însușirea regulilor de reducere a unui text; <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea corectă a terminologiei și construcțiilor lingvistice specifice în descrierea unui eveniment sportiv; • înțelegerea corectă a unui text de specialitate, relevând informația principală și cea secundară; • exprimarea corectă și coerentă cu privire la un subiect cu caracter științific; • utilizarea corectă a unor formule de politețe; <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • observarea particularităților limbajului de specialitate în raport cu stilul artistic și cu limbajul vorbit; • integrarea în procesul de comunicare cu un interlocutor; • pregătirea și prezentarea comunicărilor pe anumite teme (la orele de curs, la conferințe științifice); • formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului (vorbit sau scris) pe teme sportive; 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
	<p align="center">1</p>	<p align="center">Evaluation initiale</p>	<p align="center">3</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">1</p>	
	<p align="center">2</p>	<p align="center">Origine de la langue française. Lettres et</p>	<p align="center">3</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">1</p>	

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		sons. Règles de la prononciation française. Groupes rythmiques. Liaison. Enchaînement.				
	3	Nous sommes étudiants. Gr: Articles: défini, indéfini. Formes contractées de l'article défini. Pluriel des noms.	3	2	1	
	4	Ma famille. Lexique concernant la famille. Gr: Adjectifs possessifs et démonstratifs. Féminin des noms et des adjectifs.	3	2	1	
	5	Mon appartement. Lexique concernant l'appartement	3	2	1	
	6	A la bibliothèque. Lexique concernant la bibliothèque.	3	2	1	
	7	Une leçon de français. Gr: Présent de l'Indicatif. Formes affirmative, négative, interrogative. Impératif.	3	2	1	
	8	Le sport au lycée.	3	2	1	
	9	Les langues étrangères. Gr: Verbes du II ^e groupe au présent. Adjectifs numéraux cardinaux.	4	2	2	
	10	Evaluation courante	2	2	-	
	11	L'Éducation Physique. Gr: Verbes du III ^e groupe. Présent. Adjectifs numéraux ordinaux. Pronom indéfini: on. Impératif.	3	2	1	
	12	Faisons du sport. Dialogues. Gr: Suffixes et préfixes des noms et des adjectifs.	3	2	1	
	13	Le corps humain. Gr: Imparfait des verbes des I ^e , II ^e , III ^e groupes. Passé composé. Plus-que-parfait.	6	4	2	
	14	Evaluation des connaissances	3	2	1	
	15	L'athlétisme ancien. Les jeux chez les Grecs. Gr: Degrés de comparaison des adjectifs. Gr: Futur simple. Pronoms personnels: atones et toniques.	3	2	1	
	16	Le rétablissement des Jeux Olympiques. Gr: Degrés de comparaison des adverbes. Préfixe re-.	3	2	1	
	17	L'Université d'Etat de l'Éducation Physique et du Sport. Grammaire: Adjectifs interrogatifs. Emploi des formes temporelles dans le langage parlé.	6	4	2	
	18	L'athlétisme moderne. Sujet à traiter: „Couleurs”.	3	2	1	

	Gr: Passé simple. Verbes impersonnels.				
19	Morphologie sportive. Chiffres. Calculs. Poids et mesures. Gr: Forme passive du verbe. Adjectifs numériques cardinaux et ordinaux (Révision).	3	2	1	
20	La journée d'un étudiant. Gr: Verbes pronominaux. Emploi des verbes pronominaux dans le langage parlé.	6	4	2	
21	Le sport féminin. Taille. Vêtements. Gr: Temps immédiats: futur et passé.	3	2	1	
22	Un régime de vie pour les sportifs.	3	2	1	
23	Les loisirs des étudiants. Gr: Passé simple (Révision). Pronoms interrogatifs	6	4	2	
24	Evaluation des connaissances	3	2	1	
25	L'athlétisme.	6	4	2	
26	Le Tour de France. Gr: Adverbes interrogatifs	4	2	2	
27	Paris - ville clé de la gestion olympique Gr: Analyse des faits de grammaire.	4	2	2	
28	Courses. Gr: Analyse des faits de grammaire. Subjonctif présent.	6	4	2	
29	Sauts. Gr: Subjonctif passé.	6	4	2	
30	Lancement. Gr: Emploi du Subjonctif	6	4	2	
31	Evaluation des connaissances	3	2	1	
32	Gymnastique. Gr: Nominalisation par verbe support	4	2	2	
33	Le patrimoine moldave.	6	4	2	
34	L'enseignement en France.	6	4	2	
35	Récapitulation	3	2	1	
36	Test d'évaluation finale.	4	2	2	
Total		180	90	50+40 lectură particulară	

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;"><i>Utilizarea strategiilor didactice cooperante</i></p> <p>Strategii didactice interactive (SDI) - suport cognitiv și socio-afectiv necesar formării profilului intelectual și psihologic al studenților și integrării lor în societate.</p> <p>Specificul strategiilor interactiv – creative constă în promovarea interacțiunii dintre capacitatea de gândire și personalitatea studenților.</p> <p>Dezvoltarea spiritului investigativ, a gândirii divergente și a atitudinii creative a studenților.</p> <p>Favorizarea accesului la cunoaștere prin forțele proprii.</p> <p>Valorificarea potențialului creativ al studenților.</p>	
Strategii de evaluare	<p><i>Evaluarea –inovativă</i> cea mai sigură metodă ce include: seminare, eseuri, proiecte, simulări, soluționare de probleme, prezentări și altele.</p> <p>La evaluare studenții demonstrează că “știu cum să ”, în loc “să știe despre”.</p> <p><i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I. Studenții sunt admiși la examen în baza reușitei curente. Examenul final permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii străine studiate. Lucrările de control se dau după asimilarea anumitor compartimente din materia predată pe parcursul semestrului și la finele acestuia. Sunt admiși la lucrările de control de sfârșit de semestru și de sfârșit de an doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățămînt.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le français du sport. (aut.G.Florea,București,2002) 2. Limba franceză (aut. I.Pădureț). București 1988. 3. Grammaire française. M.1969. 4. Le sport à l'école. (aut. G.Belbenoit), 1973. 5. Exploits sportifs. M.1970. 6. Mon football (d'après Raymond Kopa), M.1984. 7. La gym', Chișinău, 2009 8. Terminologia educației fizice și sportului. Ed.Stadion, București, 1974. 9. Lexique anglais / français des sports olympiques. Paris, 2001. 10. Revue Olympique. 11. Dicționar de termeni sportivi francez – român, București, 2008. 12. Dicționar francez – român, român-francez, Chișinău, 1994. 13. Termes sportifs français d'origine étrangère, Chișinău, 2011. 14.SportEurope. 13. France JO. 14. FISU Magazine. Bulletin de la Fédération Internationale du Sport Universitaire 	

Data completării: 01.09.2021

Z. Coronovschi



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
tel.: 022 49-40-81
E-mail: www.usefs.md



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport
tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Cultura comunicării și limbajul de specialitate					
Titularul cursului		Luca Aliona, dr. în filologie, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 04	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120			60	60	
Nota de prezentare	<p>„Cultura comunicării și limbajul de specialitate” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de învățământ pentru ciclul I – studii superioare de licență, în domeniul de formare profesională 1000 Științe ale sportului, specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, care se realizează în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele cursului se subordonează obiectivelor planului de învățământ la specialitatea vizată:</p> <ul style="list-style-type: none">- însușirea tehnicilor de comunicare profesională în domeniul sportului cu fiecare subiect implicat în procesul educațional, cu specialistul din domeniu, precum și la nivelul comunicării interpersonale în echipă;- însușirea cunoștințelor și deprinderilor în ceea ce privește asigurarea metodică-științifică și informațională a probei de sport alese;- dezvoltarea gândirii creative, formarea deprinderilor de organizare și desfășurare a cercetărilor științifice și a activității educative. <p>În vederea realizării obiectivelor formulate, sunt aplicate activități de predare-învățare-evaluare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile didactice ale disciplinei sunt racordate la obiectivele-cadru și de</p>						

	<p>referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare au menirea să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, de formare a competențelor și de dezvoltare a atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate”, la Programul de studii „1000.1 Antrenament sportiv”, este predată în anul I, semestrul I, numărul total de ore afectate cursului este de 120, inclusiv: 60 de ore – contact direct, 60 de ore – lucru individual (4 credite).</p> <p>În acest mod, curriculumul la disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” constituie un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențele generale și specifice ale disciplinei, de asemenea, sunt subordonate celor formulate în planul de învățământ la programul de studii vizat.</p> <p>Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe de comunicare interpersonală, publică și socioprofesională, a celor de susținere a unor discuții și dezbateri în diverse contexte de comunicare; - utilizarea limbajului verbal (oral și scris) în alcătuirea de mesaje logice, coerente, corecte, pentru realizarea obiectivelor comunicării; - asimilarea și aplicarea celor mai eficiente strategii de comunicare și de ascultare în activitatea profesională; - capacitatea de gândire critică, de percepere, analiză și sinteză a informațiilor etc. <p>Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea și aplicarea mijloacelor eficiente de comunicare în domeniul profesional; - utilizarea corectă a terminologiei sportului în activitatea profesională; - capacitatea de selectare și utilizare a literaturii științifico-metodice și a altor surse de informații necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorului etc.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La sfârșitul studierii disciplinei, studenții vor fi capabili:</p> <p>la nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să reproducă conceptele de bază ale culturii comunicării; - să identifice problematica, teoriile, principiile comunicării; - să determine tendințele și perspectivele culturii comunicării; - să identifice aspectele teoretice ale comunicării; - să asimileze terminologia de specialitate; - să cunoască tipologia greșelilor de stil; - să însușească principiile de elaborare a actelor oficiale. <p>la nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sferile de comunicare profesională; - să obțină competențele de comunicare scrisă necesare în activitatea profesională; - să asimileze normele de logică, de limbă, de etică ale comunicării; - să determine dificultățile, barierele și blocajele comunicării; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea profesională. <p>la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede abilități de ascultare și înțelegere a mesajelor altor persoane; - să stabilească relațiile optime cu partenerii în comunicare; - să evite și să soluționeze diferite conflicte de comunicare; - să respecte normele de logică și de limbă în elaborarea mesajelor scrise și orale; - să respecte normele de etică, să țină cont de aspectele psihologice în comunicare; - să creeze texte coerente cu tematică profesională, în diverse stiluri; - să elaboreze texte oficiale, în special cu caracter de specialitate; - să se exprime corect, fluent, elocvent; - să utilizeze corect lexicul de specialitate în activitatea profesională; - să conștientizeze importanța însușirii culturii comunicării și a limbajului de specialitate pentru activitatea ulterioară în domeniul educației fizice și sportului.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	-				
	Nr. crit.	Conținuturile unității de curs/modul	Nr. de ore		
	I.	Comunicarea orală	Total	practice	LI
1	Comunicarea interumană. Teorii și principii. Obiectul și importanța culturii comunicării. Funcțiile comunicării. Limbajele. Tipuri și clasificări. Particularitățile limbajului specializat sportiv.	10	6	4	
2	Stilul individual al comunicării orale. Calitățile generale și particulare ale stilului. Tipologia greșelilor de stil individual.	10	4	6	
3	Normele de etică ale comunicării orale.	8	4	4	
4	Normele de logică ale comunicării orale.	8	4	4	
5	Normele de limbă ale comunicării orale.	8	4	4	
6	Aspecte psihologice ale comunicării.	8	4	4	
7	Conflicte de comunicare. Dificultățile, barierele și blocajele comunicării.	4	2	2	
8	Specificul comunicării în activitatea antrenorului.	4	2	2	
II. Comunicarea în scris		4	2	2	
9	Textul coerent – o formă a comunicării în scris	4	2	2	
10	Stilurile funcționale ale limbii.	4	2	2	
12	Noțiunea de lexicografie. Tipuri de dicționare. Dicționarele terminologice	4	2	2	
13	Cazuri dificile de vocabular. Sinonime. Omonime. Antonime. Paronime.	4	2	2	
14	Textul oficial. Trăsăturile caracteristice și structura generală a textului oficial. Clasificarea documentelor oficiale.	8	4	4	
III. Tipuri de texte oficiale					
14	Acte oficiale generale. Forma grafică și estetică a actelor oficiale. Cererea personală și cererea oficială.	8	4	4	
15	Documentele organizatorico – administrative. Statutul organizației. Regulamentul. Instrucțiunea de serviciu și de funcțiuni. Scheme de încadrare, lista de state.	4	2	2	
16	Documentele de dispoziție. Ordinul. Dispoziția. Directiva. Hotărârea și decizia.	4	2	2	
17	Actele informative. Raportul. Nota informativă. Nota explicativă. Referatul. Darea de seamă. Memoriul. Declarația. Procesele – verbale.	5	2	3	
18	Actele doveditoare. Adeverința. Certificatul. Delegația. Procura.	4	2	2	
19	Actele privind personalul. Fișa personală. Autobiografia. Curriculum vitae. Referința. Recomandarea.	5	2	3	
20	Corespondența oficială. Lucrări de corespondență neoficială și alte mesaje.	4	2	2	
Total		120	60	60	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	În cadrul lecțiilor, sunt aplicate atât metode de transmitere a cunoștințelor, cât și de identificare a lor (exerciții de însușire a lexicului, memorarea și reproducerea logică a unor texte, articole, dialoguri, efectuarea testelor de evaluare formativă, sumativă etc.), folosirea unor metode activ-participative (conversația, descoperirea, simularea, modelarea, diverse situații-problemă etc.). Se folosesc, de asemenea, metode menite să soluționeze adecvat noile situații de învățare (de ex. brainstormig-ul, Sinelg-				

	<p>ul, Turul galeriei, Mozaicul). Formarea abilităților de comunicare orală și scrisă - obiectivul major de predare/învățare a disciplinei - se realizează în baza deprinderilor de integrare, prin elaborarea diferitor tipuri de mesaje orale și scrise (reportaj de la o competiție sportivă, interviu cu o personalitate ilustră din domeniul sportului, discurs la o temă de specialitate aleasă, portofoliu cu acte oficiale perfectate conform modelelor studiate etc.), care presupun aplicarea și integrarea tuturor competențelor formate în cadrul orelor de curs, la nivel de cunoaștere, de aplicare și de integrare. Însușirea terminologiei de specialitate se realizează sistematic, în baza analizei textelor selectate din literatura științifică și beletristică, a articolelor din presa periodică de specialitate și a exercițiilor, ce sunt efectuate în cadrul tuturor orelor de cultura comunicării și limbajul de specialitate. Formele de activitate (frontală, individuală, în perechi, în grup) sunt aplicate în funcție de obiectivele urmărite la predarea fiecărui modul/ subiect. Conținutul textelor, al exercițiilor și actelor oficiale studiate are un caracter diferențiat, în funcție de specializarea studenților cărora le este predat cursul, fiind revizuit, adaptat și actualizat în permanență.</p>									
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea studenților are loc prin:</p> <ol style="list-style-type: none"> <i>Testare inițială:</i> diagnosticarea, la începutul semestrului I, a nivelului de posedare a limbii române; <i>Evaluarea curentă:</i> teste în scris; lucrări de control; integrarea lexicului asimilat în texte proprii, portofoliu; <i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I. <p>La aprecierea cunoștințelor se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de competențele creative ale studentului (30%). Evaluarea curentă are un caracter formativ și ajută la depistarea deficiențelor de asimilare, aplicare și integrare a cunoștințelor studenților, în vederea proiectării activităților ulterioare.</p> <p>Evaluarea competențelor studenților se efectuează prin testare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitor tipuri de teste, iar evaluarea finală presupune susținerea unui examen.</p> <p>Testele de evaluare formativă și sumativă se propun după asimilarea anumitor module din materia predată (în decursul și la sfârșitul semestrului).</p> <p>Nota finală este alcătuită din cumularea notei curente $\times 0,6$ și a celei obținute la examenul de sfârșit de semestru $\times 0,4$.</p> <p style="text-align: center;">Conținutul examenului</p> <p>Evaluarea finală (examen) include 3 tipuri de subiecte:</p> <ol style="list-style-type: none"> Întrebări privind aspectele esențiale ale culturii comunicării. Redactarea și precizarea greșelilor de stil dintr-un text scurt propus. Elaborarea unui text în stil oficial-administrativ sau publicistic. 									
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea curentă</td> <td>30%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru lucrul individual</td> <td>30%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota pentru evaluarea curentă	30%	Nota pentru lucrul individual	30%	
Nota finală	100%									
Nota pentru evaluarea finală	40%									
Nota pentru evaluarea curentă	30%									
Nota pentru lucrul individual	30%									
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> Luca A. Cultura comunicării și limbajul de specialitate. Note de curs pentru studenții Facultăților de Sport și de Pedagogie (pentru uzul studenților). [on-line]. Chișinău, 2013, 96 p. Disponibil: https://moodle.usefs.md/pluginfile.php/17180/mod_resource/content/1/note%20de%20curs%20EFS.pdf Bănciulescu V. Jocurile Olimpice de-a lungul anilor. București: Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport. 1964 Bonifaciu S. Sportul în literatură. Antologie. București: Sport-Turism, 1990. Cantemir G., Timciuc S. Cultura vorbirii. O carte care te învață să vorbești și să scrii corect. Ediția a doua, revăzută și adăugită. Chișinău: Ed. Arc, 2017. 116 p. Carnegie, D., Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți 									

	<p>influent, București: Editura Curtea Veche, 1997.</p> <p>6. Guțu, V., Dicționar al greșelilor de limbă, Chișinău: Editura ART, 2001.</p> <p>7. Irimia, D., Structura stilistică a limbii române contemporane, București: Editura Științifică și Enciclopedică, 1986.</p> <p>8. Marinescu, A., Codul bunelor maniere astăzi, București: Editura Humanitas, 1999.</p> <p>9. Mucchielli, A., Arta de a influența, Iași: Editura Polirom, 2002.</p> <p>10. Pali, A., Cultura comunicării, Chișinău: Editura Epigraf, 2005.</p> <p>11. Pali Alexei. Dicționar de dificultăți și surprize ale limbii române. Chișinău: Ed. Epigraf, 2008. 248 p.</p> <p>a. Diverse tipuri de dicționare.</p> <p>12. Prutianu, Ș., Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași: Editura Polirom, 2004.</p> <p>13. Rădulescu, I.Ș., Să vorbim, să scriem corect. Erori frecvente în limbajul cotidian, București: Editura Niculescu, 2002.</p> <p>14. Sporturile. Enciclopedie pentru tineri. Trad. Pavelescu M.-D. București, 2001.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Luca Aliona



**Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport**

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
tel.: 022 49-40-81
E-mail: www.usefs.md



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Cultura comunicării și limbajul de specialitate (pentru alolingvi), rom					
Titularul cursului		Aliona Luca, dr. în filologie, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120			60	60	
Nota de prezentare	<p>„Cultura comunicării și limbajul de specialitate (pentru alolingvi)” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de învățământ pentru ciclul I – studii superioare de licență, în domeniul de formare profesională 1000 Științe ale sportului, specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, care se realizează în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Ea este încadrată în sistemul disciplinelor de creare a abilităților și competențelor generale, orientată spre formarea la studenți a cunoștințelor și priceperilor de organizare a procesului de comunicare, în mod special spre însușirea și aplicarea terminologiei de specialitate în limba română, în vederea stabilirii relațiilor interpersonale și a obținerii succesului în activitatea profesională ulterioară.</p> <p><i>Obiectivele cursului se subordonează obiectivelor planului de învățământ la specialitatea vizată:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea tehnicilor de comunicare profesională în domeniul sportului cu fiecare subiect implicat în procesul educațional, cu specialistul din domeniu, precum și la nivelul comunicării interpersonale în echipă; 						

	<ul style="list-style-type: none"> - însușirea cunoștințelor și deprinderilor în ceea ce privește asigurarea metodic-științifică și informațională a probei de sport alese; - dezvoltarea gândirii creative, formarea deprinderilor de organizare și desfășurare a cercetărilor științifice și a activității educative. <p>În vederea realizării obiectivelor formulate, sunt aplicate activități de predare-învățare-evaluare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile didactice ale disciplinei sunt racordate la obiectivele-cadru și de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare au menirea să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, de formare a competențelor și de dezvoltare a atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate (pentru alolingvi)”, la Programul de studii „1000.1 Antrenament sportiv”, este predată în anul I, semestrul I, numărul total de ore afectate cursului este de 120, inclusiv: 60 de ore – contact direct, 60 de ore – lucru individual (4 credite).</p> <p>În acest mod, curriculumul la disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” constituie un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențele generale și specifice ale disciplinei, de asemenea, sunt subordonate celor formulate în planul de învățământ la programul de studii vizat.</p> <p style="text-align: center;">Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe de comunicare interpersonală, publică și socioprofesională, a celor de susținere a unor discuții și dezbateri în diverse contexte de comunicare; - utilizarea limbajului verbal (oral și scris) în alcătuirea de mesaje logice, coerente, corecte, pentru realizarea obiectivelor comunicării; - asimilarea și aplicarea celor mai eficiente strategii de comunicare și de ascultare în activitatea profesională; - capacitatea de gândire critică, de percepere, analiză și sinteză a informațiilor etc. <p style="text-align: center;">Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea și aplicarea mijloacelor eficiente de comunicare în domeniul profesional; - utilizarea corectă a terminologiei sportului în activitatea profesională; - capacitatea de selectare și utilizare a literaturii științifico-metodice și a altor surse de informații necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorului etc.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La sfârșitul studierii disciplinei, studenții vor fi capabili:</p> <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să reproducă conceptele de bază ale culturii comunicării; - să identifice problematica, teoriile, principiile comunicării; - să determine tendințele și perspectivele culturii comunicării; - să identifice aspectele teoretice ale comunicării; - să asimileze terminologia de specialitate; - să cunoască tipologia greșelilor de stil; - să însușească principiile de elaborare a actelor oficiale. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sferele de comunicare profesională; - să obțină competențele de comunicare scrisă necesare în activitatea profesională; - să asimileze normele de logică, de limbă, de etică ale comunicării; - să determine dificultățile, barierele și blocajele comunicării; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede abilități de ascultare și înțelegere a mesajelor altor persoane; - să stabilească relațiile optime cu partenerii în comunicare; - să evite și să soluționeze diferite conflicte de comunicare;

	<ul style="list-style-type: none"> - să respecte normele de logică și de limbă în elaborarea mesajelor scrise și orale; - să respecte normele de etică, să țină cont de aspectele psihologice în comunicare; - să creeze texte coerente cu tematică profesională, în diverse stiluri; - să elaboreze texte oficiale, în special cu caracter de specialitate; - să se exprime corect, fluent, elocvent; - să utilizeze corect lexicul de specialitate în activitatea profesională; - să conștientizeze importanța însușirii culturii comunicării și a limbajului de specialitate pentru activitatea ulterioară în domeniul educației fizice și sportului. 				
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. crit.	Conținuturile unității de curs/modul	Nr. de ore		
	IV.	Comunicarea orală	Total	LP	LI
	1	Comunicarea interumană. Teorii și principii. Obiectul și importanța culturii comunicării. Funcțiile comunicării. Limbajele. Tipuri și clasificări. Caracteristici ale terminologiei de specialitate și utilizarea ei în practică. <i>Textul de specialitate „Incursiune în istoria sporturilor”.</i>	10	6	4
	2	Noțiuni generale despre stilul individual al comunicării orale. Calitățile generale și particulare ale stilului. Tipologia greșelilor de stil individual. <i>Textul de specialitate „Atletismul, regele sporturilor”.</i>	10	4	6
	3	Normele de etică ale comunicării orale. Noțiunile emițător/receptor.	8	4	4
	4	Normele de logică ale comunicării orale. Noțiuni generale. <i>Textul de specialitate „Șahul, artă, știință și sport”.</i>	8	4	4
	5	Normele de limbă ale comunicării orale. <i>Textul de specialitate „Luptele”.</i>	8	4	4
	6	Aspecte psihologice ale comunicării.	8	4	4
	7	Conflicte de comunicare. Dificultățile, barierele și blocajele comunicării. <i>Textul de specialitate „Gimnastica, arta supleței și a frumuseții corporale”.</i>	4	2	2
	8	Specificul comunicării în activitatea antrenorului sportiv.	4	2	2
	V.	Comunicarea în scris	4	2	2
	9	Noțiunea de text coerent. Triada <i>temă – conținut – titlu</i> . Componentele mici și componentele mari ale textului coerent.	4	2	2
	10	Noțiuni generale despre stilul textului coerent. Textul artistic. Textul publicistic. Textul științific. Stilul familiar. <i>Textul de specialitate „Înotul”.</i>	4	2	2
	11	Noțiunea de lexicografie. Tipuri de dicționare. Dicționarele terminologice. Dicționare de termeni sportivi.	4	2	2
	12	Textul oficial. Trăsăturile caracteristice și structura generală a textului oficial. Clasificarea documentelor oficiale.	4	2	2
	VI.	Tipuri de texte oficiale			
	13	Acte oficiale generale. Forma grafică și estetică a actelor oficiale. Cererea personală și cererea oficială.	4	2	2
	14	Documentele organizatorico – administrative și de dispoziție. Noțiuni generale. <i>Textul de specialitate „Fotbalul”.</i>	4	2	2
	15	Actele informative. Raportul. Nota informativă. Nota explicativă. Referatul. Darea de seamă. Memoriul. Declarația. Procesele – verbale.	4	2	2
	16	Actele doveditoare. Adeverința. Certificatul. Delegația. Procura.	4	2	2
19	Actele privind personalul. Fișa personală. Autobiografia. Curriculum vitae. Referința. Recomandarea.	4	2	2	

	20	Correspondența oficială. Lucrări de corespondență neoficială și alte mesaje.	4	2	2
		Total	120	60	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În cadrul lecțiilor, sunt aplicate atât metode de transmitere a cunoștințelor, cât și de identificare a lor (exerciții de însușire a lexicului, memorarea și reproducerea logică a unor texte, articole, dialoguri, efectuarea testelor de evaluare formativă, sumativă etc.), folosirea unor metode activ-participative (conversația, descoperirea, simularea, modelarea, diverse situații-problemă etc.). Se folosesc, de asemenea, metode menite să soluționeze adecvat noile situații de învățare (de ex. brainstorming-ul, Sinelgul, Turul galeriei, Mozaicul). Formarea abilităților de comunicare orală și scrisă - obiectivul major de predare/învățare a disciplinei - se realizează în baza deprinderilor de integrare, prin elaborarea diferitor tipuri de mesaje orale și scrise (reportaj de la o competiție sportivă, interviu cu o personalitate ilustră din domeniul sportului, discurs la o temă de specialitate aleasă, portofoliu cu acte oficiale perfectate conform modelelor studiate etc.), care presupun aplicarea și integrarea tuturor competențelor formate în cadrul orelor de curs, la nivel de cunoaștere, de aplicare și de integrare. Însușirea terminologiei de specialitate se realizează sistematic, în baza analizei textelor selectate din literatura științifică și beletristică, a articolelor din presa periodică de specialitate și a exercițiilor, ce sunt efectuate în cadrul tuturor orelor de cultura comunicării și limbajul de specialitate. Formele de activitate (frontală, individuală, în perechi, în grup) sunt aplicate în funcție de obiectivele urmărite la predarea fiecărui modul/ subiect. Conținutul textelor, al exercițiilor și actelor oficiale studiate are un caracter diferențiat, în funcție de specializarea studenților cărora le este predat cursul, fiind revizuit, adaptat și actualizat în permanență.</p>				
Strategii de evaluare	<p style="text-align: center;">Evaluarea studenților are loc prin:</p> <p>d) <i>Testare inițială:</i> diagnosticarea, la începutul semestrului I, a nivelului de posedare a limbii române;</p> <p>e) <i>Evaluarea curentă:</i> teste în scris; lucrări de control; integrarea lexicului asimilat în texte proprii, portofoliu;</p> <p>f) <i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I.</p> <p>La aprecierea cunoștințelor se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de competențele creative ale studentului (30%). Evaluarea curentă are un caracter formativ și ajută la depistarea deficiențelor de asimilare, aplicare și integrare a cunoștințelor studenților, în vederea proiectării activităților ulterioare.</p> <p>Evaluarea competențelor studenților se efectuează prin testare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitor tipuri de teste, iar evaluarea finală presupune susținerea unui examen.</p> <p>Testele de evaluare formativă și sumativă se propun după asimilarea anumitor module din materia predată (în decursul și la sfârșitul semestrului).</p> <p>Nota finală este alcătuită din cumularea notei curente $\times 0,6$ și a celei obținute la examenul de sfârșit de semestru $\times 0,4$.</p> <p style="text-align: center;">Conținutul examenului</p> <p>Evaluarea finală (examen) include 3 tipuri de subiecte:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Întrebări privind aspectele esențiale ale culturii comunicării. 5. Redactarea și precizarea greșelilor de stil dintr-un text scurt propus. 6. Elaborarea unui text în stil oficial-administrativ sau publicistic. 				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota pentru evaluarea curentă		30%		
	Nota pentru lucrul individual		30%		

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Luca A. Cultura comunicării și limbajul de specialitate. Note de curs pentru studenții Facultăților de Sport și de Pedagogie (pentru uzul studenților). [on-line]. Chișinău, 2013, 96 p. Disponibil: https://moodle.usefs.md/pluginfile.php/17180/mod_resource/content/1/note%20de%20curs%20EFS.pdf 2. Bănciulescu V. Jocurile Olimpice de-a lungul anilor. București: Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport. 1964 3. Bonifaciu S. Sportul în literatură. Antologie. București: Sport-Turism, 1990. 4. Carnegie, D., Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți influent, Editura Curtea Veche, București, 1997. 5. Guțu, V., Dicționar al greșelilor de limbă, Editura ART, Chișinău, 2001. 6. Irimia, D., Structura stilistică a limbii române contemporane, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1986. 7. Marinescu, A., Codul bunelor maniere astăzi, Editura Humanitas, București, 1999. 8. Mucchielli, A., Arta de a influența, Editura Polirom, Iași, 2002. 9. Palii, A., Cultura comunicării, Editura Epigraf, Chișinău, 2005. 10. Prutianu, Ș., Antrenamentul abilităților de comunicare, Editura Polirom, Iași, 2004. 11. Rădulescu, I.Ș., Să vorbim, să scriem corect. Erori frecvente în limbajul cotidian, Editura Niculescu, București, 2002. 12. Sporturile. Enciclopedie pentru tineri. Trad. Pavelescu M.-D. București, 2001. Diverse tipuri de dicționare.
---------------------------------------	--

Data completării: 01.09.2021

Luca Aliona



**Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport**

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
tel.: 022 49-40-81
E-mail: www.usefs.md



Facultatea Sport
tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Cultura comunicării și limbajul de specialitate (pentru alolingvi), rus					
Titularul cursului		Aliona Luca, dr. în filologie, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120			60	60	
Nota de prezentare	<p>„Cultura comunicării și limbajul de specialitate (pentru alolingvi)” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de învățământ pentru ciclul I – studii superioare de licență, în domeniul de formare profesională <i>1000 Științe ale sportului</i>, specialitatea <i>1000.1 Antrenament sportiv</i>, care se realizează în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Ea este încadrată în sistemul disciplinelor de creare a abilităților și competențelor generale, orientată spre formarea la studenți a cunoștințelor și priceperilor de organizare a procesului de comunicare, în mod special spre însușirea și aplicarea terminologiei de specialitate în limba română, în vederea stabilirii relațiilor interpersonale și a obținerii succesului în activitatea profesională ulterioară.</p> <p><i>Obiectivele cursului se subordonează obiectivelor planului de învățământ la specialitatea vizată:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea tehnicilor de comunicare profesională în domeniul sportului cu fiecare subiect implicat în procesul educațional, cu specialistul din domeniu, precum și la nivelul comunicării interpersonale în echipă; - însușirea cunoștințelor și deprinderilor în ceea ce privește asigurarea metodic- 						

	<p>științifică și informațională a probei de sport alese;</p> <ul style="list-style-type: none"> - dezvoltarea gândirii creative, formarea deprinderilor de organizare și desfășurare a cercetărilor științifice și a activității educative. <p>În vederea realizării obiectivelor formulate, sunt aplicate activități de predare-învățare-evaluare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile didactice ale disciplinei sunt racordate la obiectivele-cadru și de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare au menirea să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, de formare a competențelor și de dezvoltare a atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate (pentru alolingvi)”, la Programul de studii „1000.1 Antrenament sportiv”, este predată în anul I, semestrul I, numărul total de ore afectate cursului este de 120, inclusiv: 60 de ore – contact direct, 60 de ore – lucru individual (4 credite).</p> <p>În acest mod, curriculumul la disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” constituie un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențele generale și specifice ale disciplinei, de asemenea, sunt subordonate celor formulate în planul de învățământ la programul de studii vizat.</p> <p>Competențe generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe de comunicare interpersonală, publică și socioprofesională, a celor de susținere a unor discuții și dezbateri în diverse contexte de comunicare; - utilizarea limbajului verbal (oral și scris) în alcătuirea de mesaje logice, coerente, corecte, pentru realizarea obiectivelor comunicării; - asimilarea și aplicarea celor mai eficiente strategii de comunicare și de ascultare în activitatea profesională; - capacitatea de gândire critică, de percepere, analiză și sinteză a informațiilor etc. <p>Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea și aplicarea mijloacelor eficiente de comunicare în domeniul profesional; - utilizarea corectă a terminologiei sportului în activitatea profesională; - capacitatea de selectare și utilizare a literaturii științifico-metodice și a altor surse de informații necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorului etc.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La sfârșitul studierii disciplinei, studenții vor fi capabili:</p> <p><i>la nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să reproducă conceptele de bază ale culturii comunicării; - să identifice problematica, teoriile, principiile comunicării; - să determine tendințele și perspectivele culturii comunicării; - să identifice aspectele teoretice ale comunicării; - să asimileze terminologia de specialitate; - să cunoască tipologia greșelilor de stil; - să însușească principiile de elaborare a actelor oficiale. <p><i>la nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sferile de comunicare profesională; - să obțină competențele de comunicare scrisă necesare în activitatea profesională; - să asimileze normele de logică, de limbă, de etică ale comunicării; - să determine dificultățile, barierele și blocajele comunicării; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea profesională. <p><i>la nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să posede abilități de ascultare și înțelegere a mesajelor altor persoane; - să stabilească relațiile optime cu partenerii în comunicare; - să evite și să soluționeze diferite conflicte de comunicare; - să respecte normele de logică și de limbă în elaborarea mesajelor scrise și orale;

	<ul style="list-style-type: none"> - să respecte normele de etică, să țină cont de aspectele psihologice în comunicare; - să creeze texte coerente cu tematică profesională, în diverse stiluri; - să elaboreze texte oficiale, în special cu caracter de specialitate; - să se exprime corect, fluent, elocvent; - să utilizeze corect lexicul de specialitate în activitatea profesională; - să conștientizeze importanța însușirii culturii comunicării și a limbajului de specialitate pentru activitatea ulterioară în domeniul educației fizice și sportului. 				
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr. crit.	Conținuturile unității de curs/modul	Nr. de ore		
	VII. Comunicarea orală		Total	LP	LI
	1	Comunicarea interumană. Teorii și principii. Obiectul și importanța culturii comunicării. Funcțiile comunicării. Limbajele. Tipuri și clasificări. Caracteristici ale terminologiei de specialitate și utilizarea ei în practică. <i>Textul de specialitate „Incursiune în istoria sporturilor”.</i>	10	6	4
	2	Noțiuni generale despre stilul individual al comunicării orale. Calitățile generale și particulare ale stilului. Tipologia greșelilor de stil individual. <i>Textul de specialitate „Atletismul, regele sporturilor”.</i>	10	4	6
	3	Normele de etică ale comunicării orale. Noțiunile emițător/receptor.	8	4	4
	4	Normele de logică ale comunicării orale. Noțiuni generale. <i>Textul de specialitate „Șahul, artă, știință și sport”.</i>	8	4	4
	5	Normele de limbă ale comunicării orale. <i>Textul de specialitate „Luptele”.</i>	8	4	4
	6	Aspecte psihologice ale comunicării.	8	4	4
	7	Conflicte de comunicare. Dificultățile, barierele și blocajele comunicării. <i>Textul de specialitate „Gimnastica, arta supleței și a frumuseții corporale”.</i>	4	2	2
	8	Specificul comunicării în activitatea antrenorului sportiv.	4	2	2
	VIII. Comunicarea în scris		4	2	2
	9	Noțiunea de text coerent. Triada <i>temă – conținut – titlu</i> . Componentele mici și componentele mari ale textului coerent.	4	2	2
	10	Noțiuni generale despre stilul textului coerent. Textul artistic. Textul publicistic. Textul științific. Stilul familiar. <i>Textul de specialitate „Înotul”.</i>	4	2	2
	11	Noțiunea de lexicografie. Tipuri de dicționare. Dicționarele terminologice. Dicționare de termeni sportivi.	4	2	2
	12	Textul oficial. Trăsăturile caracteristice și structura generală a textului oficial. Clasificarea documentelor oficiale.	4	2	2
IX. Tipuri de texte oficiale					
13	Acte oficiale generale. Forma grafică și estetică a actelor oficiale. Cererea personală și cererea oficială.	4	2	2	
14	Documentele organizatorico – administrative și de dispoziție. Noțiuni generale. <i>Textul de specialitate „Fotbalul”.</i>	4	2	2	

	15	Actele informative. Raportul. Nota informativă. Nota explicativă. Referatul. Darea de seamă. Memoriul. Declarația. Procesele – verbale.	4	2	2
	16	Actele doveditoare. Adeverința. Certificatul. Delegația. Procura.	4	2	2
	19	Actele privind personalul. Fișa personală. Autobiografia. Curriculum vitae. Referința. Recomandarea.	4	2	2
	20	Corespondența oficială. Lucrări de corespondență neoficială și alte mesaje.	4	2	2
		Total	120	60	60

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului

În cadrul lecțiilor, sunt aplicate atât metode de transmitere a cunoștințelor, cât și de identificare a lor (exerciții de însușire a lexicului, memorarea și reproducerea logică a unor texte, articole, dialoguri, efectuarea testelor de evaluare formativă, sumativă etc.), folosirea unor metode activ-participative (conversația, descoperirea, simularea, modelarea, diverse situații-problemă etc.). Se folosesc, de asemenea, metode menite să soluționeze adecvat noile situații de învățare (de ex. brainstorming-ul, Sinelgul, Turul galeriei, Mozaicul). Formarea abilităților de comunicare orală și scrisă - obiectivul major de predare/învățare a disciplinei - se realizează în baza deprinderilor de integrare, prin elaborarea diferitor tipuri de mesaje orale și scrise (reportaj de la o competiție sportivă, interviu cu o personalitate ilustră din domeniul sportului, discurs la o temă de specialitate aleasă, portofoliu cu acte oficiale perfectate conform modelelor studiate etc.), care presupun aplicarea și integrarea tuturor competențelor formate în cadrul orelor de curs, la nivel de cunoaștere, de aplicare și de integrare. Însușirea terminologiei de specialitate se realizează sistematic, în baza analizei textelor selectate din literatura științifică și beletristică, a articolelor din presa periodică de specialitate și a exercițiilor, ce sunt efectuate în cadrul tuturor orelor de cultura comunicării și limbajul de specialitate. Formele de activitate (frontală, individuală, în perechi, în grup) sunt aplicate în funcție de obiectivele urmărite la predarea fiecărui modul/ subiect. Conținutul textelor, al exercițiilor și actelor oficiale studiate are un caracter diferențiat, în funcție de specializarea studenților cărora le este predat cursul, fiind revizuit, adaptat și actualizat în permanență.

Strategii de evaluare

Evaluarea studenților are loc prin:

g) *Testare inițială:* diagnosticarea, la începutul semestrului I, a nivelului de posedare a limbii române;

h) *Evaluarea curentă:* teste în scris; lucrări de control; integrarea lexicului asimilat în texte proprii, portofoliu;

i) *Evaluarea finală:* examen la sfârșitul sem. I.

La aprecierea cunoștințelor se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de competențele creative ale studentului (30%). Evaluarea curentă are un caracter formativ și ajută la depistarea deficiențelor de asimilare, aplicare și integrare a cunoștințelor studenților, în vederea proiectării activităților ulterioare.

Evaluarea competențelor studenților se efectuează prin testare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitor tipuri de teste, iar evaluarea finală presupune susținerea unui examen.

Testele de evaluare formativă și sumativă se propun după asimilarea anumitor module din materia predată (în decursul și la sfârșitul semestrului).

Nota finală este alcătuită din cumularea notei curente $\times 0,6$ și a celei obținute la examenul de sfârșit de semestru $\times 0,4$.

Conținutul examenului

Evaluarea finală (examen) include 3 tipuri de subiecte:

7. Întrebări privind aspectele esențiale ale culturii comunicării.
8. Redactarea și precizarea greșelilor de stil dintr-un text scurt propus.

	9. Elaborarea unui text în stil oficial-administrativ sau publicistic.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota pentru evaluarea curentă	30%
	Nota pentru lucrul individual	30%
Referințe bibliografice	<p>12. Luca A. Cultura comunicării și limbajul de specialitate. Note de curs pentru studenții Facultăților de Sport și de Pedagogie (pentru uzul studenților). [on-line]. Chișinău, 2013, 96 p. Disponibil: https://moodle.usefs.md/pluginfile.php/17180/mod_resource/content/1/note%20de%20curs%20EFS.pdf</p> <p>13. Bănciulescu V. Jocurile Olimpice de-a lungul anilor. București: Editura Uniunii de Cultură Fizică și Sport. 1964</p> <p>14. Bonifaciu S. Sportul în literatură. Antologie. București: Sport-Turism, 1990.</p> <p>15. Carnegie, D., Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți influent, Editura Curtea Veche, București, 1997.</p> <p>16. Guțu, V., Dicționar al greșelilor de limbă, Editura ART, Chișinău, 2001.</p> <p>17. Irimia, D., Structura stilistică a limbii române contemporane, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1986.</p> <p>18. Marinescu, A., Codul bunelor maniere astăzi, Editura Humanitas, București, 1999.</p> <p>19. Mucchielli, A., Arta de a influența, Editura Polirom, Iași, 2002.</p> <p>20. Palii, A., Cultura comunicării, Editura Epigraf, Chișinău, 2005.</p> <p>21. Prutianu, Ș., Antrenamentul abilităților de comunicare, Editura Polirom, Iași, 2004.</p> <p>22. Rădulescu, I.Ș., Să vorbim, să scriem corect. Erori frecvente în limbajul cotidian, Editura Niculescu, București, 2002.</p> <p>12. Sporturile. Enciclopedie pentru tineri. Trad. Pavelescu M.-D. București, 2001. Diverse tipuri de dicționare.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Luca Aliona



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale					
Titularul cursului		Ceban Vasile, dr. în pedagogie, conf. univ. Dervici Ana, asistent universitar					
Ciclul (L-Licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 05	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (G – componenta fundamentală)							G
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90		-	90		
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Tehnologii informaționale” definește modalitățile de utilizare a produselor informatice de prim plan, necesare unei activități cotidiene eficiente. Studiul disciplinei „Tehnologii informaționale” are drept scop dezvoltarea capacităților de utilizare a noilor tehnologii informaționale, aplicând metode, mijloace și resurse moderne. În rezultatul dezvoltării rapide a sistemelor informaționale și de comunicare pe piața informațională are drept rezultat alcătuirea bazelor complexe de date prin utilizarea pachetului standard de programe Microsoft Office.</p> <p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale” se adresează studenților aflați la nivelul studiilor universitare de licență din instituțiile de învățământ cu profil sportiv. Astfel, strategia didactică a cursului va trebui adaptată astfel încât aceasta să fie accesibilă beneficiarilor din cadrul acestui domeniu. Curriculum-ul universitar prevede competențele cheie ce trebuie să le obțină studenții în urma parcurgerii acestui curs,</p>						

	<p>valorile și atitudinile, strategiile didactice precum și formele de evaluare ale acestora. În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; • Identificarea particularităților de dezvoltare a tehnologiilor informaționale la ora actuală în Republica Moldova; • Evidențierea aspectelor de implementare a tehnologiilor informaționale în activitatea practică; • Analiza digitală a activității personale prin intermediul aplicării diferitor instrumente informaționale digitale; • Utilizarea metodelor speciale pentru evidențierea raportului dintre cerințele de pe piața muncii și competențele profesionale privind posedarea diferitor instrumente ale tehnologiilor informaționale; • Asigurarea unui arsenal de cunoștințe calitativ pentru activitățile cu caracter sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice diferitor programe aplicative utilizate în activitățile sportive; • Dirijarea și practicarea eficientă a tehnologiilor informaționale moderne ca instrument al managementului sportiv; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul evidențierii posedării diferitor complexe de antrenament cu utilizarea tehnologiilor informaționale. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Tehnologii informaționale” în activitățile sportive” (complexe de antrenament, fenomene sportive, etc.); ➤ să definească noțiunea de învățare la distanță; ➤ să cunoască sistemul de comunicare; ➤ să identifice specificul de lucru al bibliotecilor virtuale; ➤ să cunoască care este ciclul de lucru al tehnologiilor streaming; ➤ să cunoască avantajele și dezavantajele e-learning; ➤ să cunoască aspecte ale implementării campusului virtual. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe sportiv să implementeze o diversitate de instrumente ale tehnologiilor informaționale în activitatea sa; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra evoluției învățământului la distanță; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele mereu în dezvoltare ale tehnologiilor informaționale moderne; ➤ să cunoască care sunt tehnologiile informaționale și de comunicare în organizarea procesului de studii; ➤ să poată găsi legăturile dintre sistemele de instruire multifuncționale multimedia; <p>să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect științific elaborat, sub îndrumarea profesorului.</p>					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Laborat.	LI
	1.	Implementarea tehnologiilor	2		2	2

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		informaționale moderne			
	2.	Mijloace și tehnologii birotice	2	2	2
	3.	Mijloace de protejare a informației	2	2	4
	4.	Sistemul de operare Windows	3	3	3
	5.	Aplicația Microsoft Word	4	4	4
	6.	Organigramele în Microsoft Word	4	4	4
	7.	Procesarea tabelelor în Microsoft Word	2	2	2
	8.	Aplicația Microsoft Excel	2	2	2
	9.	Operațiuni cu tabele Microsoft Excel	2	2	2
	10.	Diagramele în Microsoft Excel	4	4	4
	11.	Bazele de date Access	2	2	2
	12.	Aplicația Power Point	2	2	2
	13.	Aplicația Prezi	2	2	2
	14.	Realizarea unei prezentări complexe în aplicația Prezi	4	4	4
	15.	Convertirea documentelor. PDF în FLIPBOOK	2	2	2
	16.	Platforma MOODLE	4	4	4
	17.	Aplicația ZOOM	2	2	2
		TOTAL	45	45	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate în cadrul organizațiilor, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Repanovici, Angela <i>Managementul resurselor informationale in cercetarea stiintifica</i>. Brasov: Editura Universitatii Transilvania din Brasov. 2008. 2. Covalenco I. Chicu O. Bazele informaticii aplicate. - Chișinău Ed. nouă, 2012. 3. Repanovici, Angela. Managementul resurselor informaționale în cercetarea științifică. Brașov: Editura Universității Transilvania din Brașov, 2008. 4. Mioara Gheorghe, Monica Tătăram, Manuela Florea, Ciprian Constantinescu, Tehnologia informației și a comunicațiilor, Editura Corint, București, 2004 5. Ana Dulu, ECDL Start modulele obligatorii, Editura Andreco Educațional Grup, București, 2004 6. Instrumente TIC pentru cercetare, disponibil online la http://idsi.md/instrumente-tic-pentru-ccetare. 7. Lenuța Ursachi. Surse de informare utilizate în activitatea de cercetare. Disponibil online la 8. Watson, M. (ed.), Porumbeanu, L (trad.) (2004) <i>Managementul informatiei si al bibliotecilor in mileniul III</i>, Bucuresti, Editura A.B.I.R. 9. Белл Д., Грядущее постиндустриальное общество. Опыт соц. Прогнозирования. М., 2004. 10. Иконников В. Ф. Информационные технологии в индустрии туризма : учеб.-метод. пособие / В. Ф. Иконников, М. Н. Садовская. - Минск : РИПО, 2014. - 78 с. 11. Сосновский, О.А. Информационные технологии в туризме: учеб.практ. пособие / О.А. Сосновский, А.А. Федорович. – Минск: БГЭУ, 2008. – 95 с. 12. Шлыкова О.В. Феномен мультимедиа. Технология эпохи электронной культуры. Московский государственный университет культуры и искусства. – М., 2003. 267 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Ceban Vasile

Dervici Ana



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Sporturi de lupte *					
Titularul cursului		Busuioc Serghei, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul disciplinei	S 01 O. 06	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	20		60	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Sporturi de lupte” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din Domeniul general de studiu ”100 Științe ale sportului” la Specialitatea ”1000.1 Antrenament sportiv” în cadrul Facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul de formare profesională a la ”Științe ale sportului”, capabili de a utiliza exercițiile fizice, procedeele tehnice din probele de lupte în cadrul activităților desfășurate; 						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul ”Științe ale sportului” prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea exercițiilor fizice generale și speciale, procedeele tehnice din sporturile de lupte, care va asigura buna desfășurare a diferitelor forme de lecții și antrenamente; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an I., sem. 1, 120 ore, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul de formare profesională - 1000. Formarea antrenorilor în ”Științele ale sportului”.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea lecțiilor și antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lecțiilor de educație fizică; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a lecțiilor de educație fizică; • Proiectarea unor lecții și antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovatoare apărute în domeniul ”Științele ale educației”. • Asigurarea unui management eficient al relațiilor în cadrul lecțiilor de educație fizică. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul lecțiilor și antrenamentelor sportive al elevilor; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei; ▪ cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei, ▪ să identifice și să caracterizeze tipurile de probe sportive de lupte; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor la diferite probe sportive de lupte; <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedeele din poziția de sus și parter; ▪ explicarea și interpretarea unor idei, proiecte, procese, precum și a conținuturilor teoretice și practice ale disciplinei; ▪ să analizeze și să explice pregătirea individuală a unui elev; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării competițiilor la lupta națională ”Trântă”. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura unor exerciții fizice speciale; ▪ să respecte particularitățile luptei naționale ”Trântă”.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Scurt istoric a apariției și evoluției luptelor. Istoria dezvoltării sporturilor de lupte. (trânta, lupte greco-romane și libere, judo, sambo și arte marțiale). Rezultatele obținute de sportivii din Republica Moldova pe arenele internaționale. Instructaj de protecția muncii.	4	2		2
	2-3	Sporturile de luptă în sistemul pedagogic de educație fizică. Curs introductiv privind bazele tehnico-tactice din lupte. Clasificarea și terminologia luptelor sportive.	6	2	2	2
	4-5	Profilaxia traumatismului la lecții, competiții și alte activități cultural-sportive. Autoasigurarea, asigurarea partenerului în procesul de instruire.	6	2	2	2
	6-8	Bazele generale ale învățării exercițiilor generale și specifice în sporturile de lupte (în perechi, cu îngreuieri, la aparatele de gimnastică, la trenajoare, elemente acrobatic).	8	2	4	2
	9-11	Metodica dezvoltării calităților fizice și capacităților motrice prin jocuri dinamice specializate în sporturile de lupte.	8	0	6	2
	12-14	Metodologia învățării elementelor de bază (pozițiile de lupte la sol și de gardă, deplasările pe saltea, distanța, prizele și eliberarea din prize, menținerea în poziția periculoasă de tuș) în sporturile de luptă. Procedee specifice luptei la sol. Metodica învățării răsturnărilor și rostogolirilor din cadrul luptei la sol.	8	0	6	2
	15-17	Procedee specifice luptei în picioare. Bazele metodice ale învățării procedeelelor tehnice de ducere la sol (prin tracțiune de braț, prin trecere sub braț, cu priza unui picior, cu priza ambelor picioare).	8	1	5	2
	18-20	Bazele metodice ale învățării procedeelelor tehnice de doborâre (prin centura directă a trunchiului, cu priza unui, ambelor picioare).	10	0	6	4
	21-25	Metodica învățării procedeelelor de aruncare peste umeri (moara), peste spate.	12	2	8	2
	26-28	Exerciții specifice pentru dezvoltarea forței-viteze, detentei în lupte. Exerciții specifice folosite pentru dezvoltarea rezistenței în lupte (jocuri dinamice, atletism).	10	0	6	4
29-31	Mijloace de dezvoltare și menținere a mobilității articulare (cu ajutorul partenerului, cu banda elastică, etc.).	8	0	6	2	

	32-33	Controlul pedagogic în sporturile de luptă.	6	2	2	2
	34-35	Organizarea și desfășurarea manifestărilor și sărbătorilor în sporturile de luptă. Amenajarea și dotarea unei săli de lupte.	10	1	3	6
	36-40	Organizarea, arbitrajul și sistemele de desfășurare a competițiilor în sporturile de luptă. (Trânta, lupte greco-romane, lupte libere, judo, sambo, taekwon-do)	16	6	4	6
		Total:	120	20	60	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a problemelor anumite abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și trans disciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială: diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<p>1. Badiu, Toma. Didactica educației fizice. Toma Badiu. Galați : Editura Fundației Universitare "Dunărea de Jos" din Galați, 2001. 78 p. ; 21 cm. (Didactica). Bibliogr. ISBN 973-8352-09-6. II 34992; 796/B15.</p> <p>2. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească</p>					

- ”trânta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. - Chișinău, 1997. 21 p.
3. Chirazi M. Jocuri de luptă. – Iași: Fundația Chemarea, 1999. – 3-107.
 4. Chirazi, Marin. Optimizarea lecției de educație fizică și sport prin jocuri de luptă [Text] / Marin Chirazi // Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice: Materialele conf. șt. int. Ed. a 3-a, (26-27 oct. 1997). - Chișinău. - P. 59-61
 5. Chirazi Marin. Optimizarea procesului didactic al lecției de educație fizică din ciclul gimnazial prin jocuri dinamice cu elemente de lupte: Tz. doct. în pedagogie [Text] / Marin Chirazi, Sergiu N., conducător șt. Danail ; Institutul Național de Educație Fizică și Sport al Republicii Moldova. - Chișinău : [s. n.], 2000. - 220 p. : il. - Bibliogr. p. 143-167
 6. Chirtoacă, Ilie. Jocurile dinamice ca mijloc de selectare și orientare psihologică a studenților în grupa de antrenori în cadrul cursului general de luptă [Text] / Ilie Chirtoacă // Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice : Materialele conf. șt. jubiliare int. Ed. a 5-a (1-3 noiem. 2001). - Chișinău. - P. 32-36
 7. Cișmaș Gh., Lupte libere - Lupte greco-romane. Curs de bază, IEFS, București, 1996.
 8. Dragnea A., Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice, ANEFS, București, 1991.
 9. Hantău I., Manolachi V. Pregătirea fizică a judocanilor de performanță. Manual pentru instituțiile cu profil sportiv. – Chișinău: Tipografia Centrală, 2003. 200 p.
 10. Liușnea C.-Ș. Considerații privind particularitățile ce influențează practicarea luptelor în școală (cl. V-VI) // „2004 – Anul european al educației prin sport”. – Galați: Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, 2004. p. 24-27.
 11. Liușnea C. Ș. Mijloace folosite în vederea dezvoltării calităților motrice, cu teme din lupte, în lecția de educație fizică școlară (cl. V-VI) // „2004 – Anul european al educației prin sport”. – Galați: Fundației Universitare “Dunărea de Jos”, 2004. - P. 28-30.
 12. Liușnea C. Ș. Eficientizarea lecției de educație fizică școlară prin introducerea unor elemente din lupte, în vederea dezvoltării fizice armonioase, la elevii din ciclul gimnazial (clasele V-VI) // Olymipia, Revistă de informare Olimpică, Brașov: OMNIA UNI S.A.S.T., 2002. – Nr. 3. - p. 137-148.
 13. Liușnea C.-Șt., Aspecte privind introducerea elementelor tehnice de bază din lupte în vederea dezvoltării fizice armonioase și a aptitudinilor de mișcare în lecția de educație fizică școlară, în Conferința Internațională de Comunicări Științifice și Referate în Domeniul Educației Fizice și Sportului, Galați-Mannheim R.F.G., 2000, p. 104-106.
 14. Liușnea C.-Șt., Metodică folosirii mijloacelor specifice luptelor în activitatea de educație fizică școlară, în Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, INEFS, Chișinău, 2001, p. 124-126.
 15. Manolachi V. s.a. Noi orientări în tehnica și tactica judoului. In: Sportul olimpic și sportul pentru toți: materialele congr. șt. intern., vol. I. Chișinău: USEFS, 2011, p. 221-224. ISBN 978-9975-4202-4-2.
 16. Manolachi V., Moroșanu I. Particularitățile implementării metodei

antrenamentului în circuit în cadrul lecțiilor de educație fizică din clasa a IV-a. În: Teoria și arta educației fizice în școală. 2014, Nr. 1, p. 45-49. ISSN 1857-0615.

17. Manolachi V., Sporturi de luptă - Teorie și metodică (luptele libere, greco-romane, judo), I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală – 2003. 400 p.

18. Petrov R. , Lupte libere, Editura Stadion, București, 1973.

19. Polevaia-Secăreanu A., Scobioală Gh., Cotorcea A. Pregătirea profesional-aplicativă a specialiștilor în domeniul pazei protecției și securității prin intermediul sporturilor de lupte: Ghid metodic: pentru studenții facultății „Pază Protecție și Securitate” la modulul „Pregătirea fizică specială” secția zi și frecvență redusă / A.Polevaia-Secăreanu, Gh.Scobioală, A. Cotorcea. Chișinău, 2014. (Tipogr „Valinex SRL”). 55 p. (ISBN 978-9975-68-259-6)

20. Бусуйок С.Л., Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ.воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).

21. Манолаки В. В., Демченко П. Дзюдо как философия двигательного и духовного развития и некоторые современные аспекты начального спортивного отбора школьников 9 лет. În: Știința culturii fizice. 2010, Nr. 5/2, p. 64-69. ISSN 1857-4114.

Data completării: 01.09.2021

Busuioc Serghei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Jocurile sportive *					
Titularul cursului		<p>Conohova T., dr. în pedagogie, conf. univ. Sîrghi S., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Tăbîrță V., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Bragarenco N., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Verejan R., asistent universitar</p>					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 01 O .07	Anul	I	Semestrul	1
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	120	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	16	-	104	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Jocurile sportive” are menirea să-și aducă aportul la completarea studiilor liceale, finalitate prevăzută de Legea învățământului. Conținutul este axat pe traseul particular de învățare individuală or de grup, care corespund activității practice la ciclul I academic și trebuie să asigure acumularea cunoștințelor de cercetare și inovare care sunt alcătuite din cerințele de cunoaștere, aplicare și integrare ce în cele de urmă duc la perfecționarea cunoștințelor apoi la aplicarea noi și integrării curente,</p>						

	<p>care în mod organic perfectează lanțul spiralic accesoriu al obiectului.</p> <p>Jocurile sportive sunt accesibile și spectaculoase, se bucură de o largă popularitate în rândul tineretului de pretutindeni, iată de ce ele au fost și rămân un compartiment de bază în pregătirea profesională a specialiștilor din domeniu.</p> <p>Principalele sarcini ale cursului sunt acumularea de către studenți a cunoștințelor teoretico-metodice a acestor jocuri sportive și formarea deprinderilor profesionale necesare.</p> <p>În afară de aceasta, programa presupune și acumularea cunoștințelor regulamentelor la diferite probe sportive cu referire la practicarea lor cât la nivelul de începătorilor, atât și la nivelul performanță.</p> <p>Lucrul instructiv-educativ a cursului de jocuri sportive se organizează sub forma de prelegeri, lecții metodico-practice și lucrul individual.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilor și echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor specifice de dirijare și coordonare în domeniul jocurilor sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire tehnică la „jocuri sportive”; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul jocurilor sportive; • Desfășurarea procesului instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării jocului dat în lume.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive (tehnica, pregătirea metodică, procesul de instruire, acțiunile specifice); • să identifice metodele pedagogice și ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire ale jocurilor sportive; • să caracterizeze mijloacele inovaționale care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a procesului de antrenamente sportive cu scopul îmbunătățirii pregătirii tehnice ale jucătorilor; • să identifice aspectele specifice ale pregătirii tehnice a jucătorilor în ramura sportivă aleasă; • să caracterizeze procesul de pregătire tehnică a sportivilor de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine procedeele tehnice din proba sportivă aleasă; • să elaboreze un plan de pregătire a unui jucător din proba aleasă ; • să analizeze și să explice pregătirea tehnică a sportivului; • să determine metodica însușirii a elementelor tehnice principale din jocuri sportive; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu jucători și echipe de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să explice esența și structura tehnicii jocului sportiv; • să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de pregătire tehnică;

	<ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a sportivului ce practică jocuri sportive; • să respecte particularitățile acestui gen de sport. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
	1	Noțiuni generale despre conținutul jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)	28	16	-	-	12
	2	Sistematizarea acțiunilor tehnice ale jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)	38	-	-	26	12
	3	Determinarea și analiza a acțiunilor tactice în atac și apărare la jocul de (volei, baschet, fotbal, handbal).	38	-	-	26	12
	4	Noțiuni din regulamentul ale jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)	38	-	-	26	12
	5	Analiza practico-metodică a însușirii jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)	38	-	-	26	12
Total :			180	16	-	104	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-înter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>patru lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>						

	3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. Miu, Ș. Fotbal specializare. București: Editura Fundației Române de Mâne, 2001. 176 p. ISBN 973-582-335-7. . Păcuraru A., ”Volei. Tehnica și tactica”. Editura fundației universitare ”Dunărea de jos”, Galați, 2002, 183p. ISBN 973-627-004-1. Sîrghi, S., Balint, Gh. Bazele teoretico-metodice ale jocului de fotbal. Ghid metodic Chișinău: Valinex, 2018, 202 p. ISBN 978-9975-68349-4. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p. Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с. ISBN 5-278-00741-9. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players</i>. In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development</i>. World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723. 	

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Bragarenco Nicolae

Verejan Ruslan



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL I Semestrul 2							
Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Splanhnologia și morfologia sportivă					
Titularul cursului		Moroșan Ion, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Deleu Inga, dr. în biologie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 02 O. 08	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F - componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Splanhnologia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul sportului în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <ul style="list-style-type: none">• Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ: obiectivele generale ale disciplinei respective presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul sportului, capabili de a utiliza cunoștințele despre topografia și morfologia organelor interne în antrenamentul sportiv;• obiectivele cadru ale acestei discipline prevăd formarea competențelor teoretice privind topografia și morfologia organelor interne, legitățile de creștere și dezvoltare a organismului uman și adaptarea lui la eforturile fizice;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, urmăresc pregătirea teoretică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul						

	<p>profesional național și internațional, cunoscând particularitățile morfologice ale organismului uman, amplasarea și structura organelor interne;</p> <ul style="list-style-type: none"> • În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi. <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper temeinic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea și utilizarea corectă a limbajului anatomic; • Cunoașterea particularităților de amplasare, structură, dezvoltare și funcționare a organelor interne; • Utilizarea metodologiilor de analiză a particularităților topografice și morfologice ale principalelor sisteme de organe și a relațiilor reciproce dintre organe; • Identificarea formațiunilor anatomice normale pe viu; • Cunoașterea proiectării organelor interne pe viu; • Aplicarea cunoștințelor din Splanhnologie în practica antrenamentului sportiv; • Asigurarea creării unei viziuni clare privind topografia și morfologia organelor interne, precum și a modificărilor ce intervin în organism sub influența eforturilor fizice sistematice etc. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice domeniului de studiu (cunoștințele despre viscere, cavitățile corpului și starea morfofuncțională a principalelor sisteme de organe) în raport cu aspectele ce țin de sedentarism și rolul exercițiilor fizice în perfecționarea morfologică și funcțională a organismului; • Formarea deprinderilor practice de aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul morfofuncțional al organismului; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a cunoștințelor specifice splanhnologiei, în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii; • Prezentarea proiectelor științifice individuale, a referatelor științifice; • Selectarea materialelor digitale, analiza critică și formularea unor opinii proprii etc
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile de bază ale disciplinei "Splanhnologie" ; ▪ să specifice morfologia funcțională a principalelor sisteme de organe ale corpului uman; ▪ să caracterizeze elementele structurale ale principalelor sisteme de organe și particularitățile lor la sportivi; ▪ să caracterizeze principalele legități de creștere și dezvoltare ale organismului uman; ▪ să identifice elementele constituante ale diverselor sisteme de organe; ▪ să caracterizeze particularitățile amplasării viscerilor în cavitățile corpului. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze metodele de cercetare științifică din morfologia sportivă; ▪ să înțeleagă principiile de aplicare și transfer a cunoștințelor teoretice; în practică; ▪ să evalueze locul și rolul anatomiei omului în pregătirea studentului- sportiv; ▪ să fie capabil să implementeze cunoștințele acumulate în activitatea de cercetare științifică; ▪ să analizeze și să explice semnele de adaptare ale unor organe interne la efortul fizic;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să fie capabil să determine indicatorii integrali și particulari ai vârstei biologice; ▪ să aplice cunoștințele teoretice și deprinderile de cercetare a corpului uman în practica sportivă. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice morfologia funcțională a principalelor sisteme de organe; ▪ să îmbine topografia organelor interne cu particularitățile structurale ale organelor din cavitățile corpului; ▪ să fie capabil să implementeze tehnologiile informaționale în studierea Splanhnologiei; ▪ să posede competențe de analiză și sinteză a informației științifice studiate; ▪ să formuleze opinii proprii referitor la materia studiată etc. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținutul unității de curs	Numărul de ore			
			Total	Curs	L.lab.	L.I.
	1	Introducere în disciplină	18	2	8	8
	2	Sistemul cardiovascular	18	2	8	8
	3	Sistemul nervos central	21	3	8	10
	4	Sistemul nervos periferic	12	2	2	8
	5	Glandele endocrine	13	2	3	8
	6	Morfologia vîrstelor și constituțională	15	2	4	9
	7	Bazele morfologiei sportive	23	2	12	9
	Total :	120	15	45	60	
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lucrările de laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt: prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lectorul utilizează expunerea orală, conversația, demonstrația, completate cu elemente noi: dialogul, demonstrarea grafică și, în caz de necesitate, cu ajutorul mijloacelor audio-vizuale, experimentul etc. În cadrul cursului se organizează prezentări în programul PowerPoint, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p> <p>Lucrările de laborator, de asemenea, au mai multe forme, fiind folosită explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, atlasului, mulajelor, preparatelor anatomice.</p> <p>Metode de lucru: dezbateri, observarea, demonstrarea, învățarea prin cercetare și descoperire, folosirea aparatelor antropometrice, studiul individual ori în echipă, expunerea, brainstorming-ul, conversația euristică și dezbateri, lucrul în grup, lucrul cu manualul, textul științific și atlasul de anatomie; rezolvarea problemelor de situație, ascultarea interactivă</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul lucrărilor de laborator, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două</p>					

	subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de activitate la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrului individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Baciú Gh. S. Anatomia și morfologia sportivă. Chișinău, 1993. 283 p.</p> <p>2. Baciú Gh. S. Bazele morfologiei de vârstă și adaptării sportive (material didactic). Chișinău, 1987, 76 pag.</p> <p>3. Baciú Gh. S. Anatomia organelor interne (indicații metodice). Chișinău, 1987, 44 pag.</p> <p>4. Baciú Gh. S. Anatomia sistemului nervos (indicații metodice), Chișinău, 1988, 38 pag.</p> <p>5. Ștefăneț M. Anatomia omului. Volumul 2. Centrul editorila Poligrafic "Medicina". 2008. 522 p.</p> <p>6. Papilian V. Anatomia umană. <i>Splanhnologia</i>. . București. Ediția XII. Editura ALL.2014, 364 p.</p> <p>7. Catereniuc I., Lupașcu T., Bafîr D., Bendelic A. et al. Vol. II. Sistemul nervos central. Splanhnologie (culegere de cursuri). Ch.: Tipografia Sirius SRL, 2015 6.</p> <p>8. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. III. Sistemele cardiovascular, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale (culegere de cursuri). Ch.: Tipografia Sirius SRL, 2015.</p> <p>9. Catereniuc I., Lupașcu T., Tașnic M. et al. Culegere de scheme la anatomia omului / Сборник схем по анатомии человека / Collection of schemes for human anatomy. Ed. a V-a (revăzută și completată). Ch.: Tipografia Sirius SRL, 2012, 2014</p>	

Data completării: 01.09.2021

Moroșan Ion

Deleu Inga



**Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport**

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Pedagogia generală					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana, dr. în pedagogie, prof. univ. Putin N., asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 02 O.09	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Modernizarea curriculum-ului la disciplina Pedagogie generală este imediativ iminent de actualizarea standardelor în educație și de schimbările care au apărut odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor și implicațiilor politice în domeniul educației istorice produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculum-ului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunța în viața reală.</p> <p>Disciplina Pedagogie generală își aduce aportul la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie pedagogice, calitățile viitorului specialist din domeniul general de studiu <i>100 Științe ale sportului</i>, <i>Specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv</i>. Astfel se</p>						

	<p>realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația pedagogică are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, pedagogia generală are menirea de a forma un specialist cu vederi gnosiologice moderne, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față impactelor societății contemporane.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea fundamentelor teoretice și metodologice ale științelor educației; • Producerea noilor cunoștințe în cadrul științelor educației; • Proiectarea, aplicarea și transferul strategiilor didactice; • Evaluarea critică a fenomenelor, proceselor și a rezultatelor în cadrul educațional. • Comunicarea eficientă interpersonală și didactică; • Asumarea de responsabilități sociale și profesionale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea și interpretarea problemelor din domeniul educațional; • Proiectarea și realizarea cercetărilor aplicative în domeniul educațional; • Implementarea rezultatelor investigaționale în practica educațională. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să cunoască fundamentele Științelor Educației; • Să identifice problemele și tendințele dezvoltării Pedagogiei Generale; • Să identifice aspectul funcțional al reperelor teoretice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să analizeze și să generalizeze abordările, fenomenele, procesele, experiențele unui demers educativ; • Să compare diverse strategii educaționale; • Să stabilească conexiunea funcțională dintre contextul didactic și particularitățile demersului educativ; • Să proiecteze produse curriculare orientate la Educația centrată pe elev. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să proiecteze și să aplice strategii didactice conform finalităților; • Să proiecteze și să realizeze investigații aplicative privind problematica educativă; • Să comunice eficient la nivel interpersonal și nivel comunitar; • Să implementeze un management eficient al procesului didactic. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	1	Pedagogia - știință a educației	6	2	1	3
	2	Cercetarea în pedagogie.	6	2	1	3
	3	Educația – obiect de studiu al pedagogiei	6	2	1	3
	4	Finalitățile educației	6	2	1	3
	5	Conținuturile generale ale educației	6	2	1	3
	6	Educația și provocările lumii contemporane. Noile educației	6	2	1	3
	7	Sistemul de autoreglare a fenomenului educațional. Legități și principii ale educației	6	2	1	3
	8	Organizarea și realizarea procesului educațional. Tehnologia și metodologia didactică.	6	2	1	3

	9	Mijloacele didactice	6	2	1	3
	10	Proiectarea procesului educațional.	6	2	1	3
	11	Evaluarea în învățământ	6	2	1	3
	12	Personalitatea profesorului. Comunicarea didactică. Stilurile pedagogice	6	2	1	3
	13	Teoriile psihologice ale învățării	6	2	1	3
	14	Sistemul de învățământ	6	2	1	3
	15	Fundamentele managementului școlar.	6	2	1	3
	Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare–învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale pedagogiei în ndinamica evoluției ei. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut didactic referitor la un fenomen cultural dintr-o perioadă de evoluție; - organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese educaționale, inclusiv cu caracter controversat, din diferite etape de dezvoltare; - elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse bibliografice și prezentarea lor publică; - organizarea conferințelor științifice privind anumite tematici ce vizează procesul educațional racordat disciplina studiată; - elaborarea și publicarea unor articole privind valorile didacticii naționale și universale; - elaborarea unor miniproiecte privind ocrotirea și valorificarea moștenirii culturale naționale raportată la evoluția managementului educațional; - organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din didactica modernă; 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului prin prisma dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de studiere. Se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe capacități și atitudini. Achiziția vizate în mod special în cadrul procesului de evaluare vor fi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cu potențial educativ ridicat și abordarea diferitor puncte de vedere privind problematica pedagogiei generale; - performanțele atinse de către toți studenții atât trunchiului comun, cât și la nivelul extinderii. <p>Se va accentua evaluarea unor capacități cu grad ridicat de complexitate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe, proiecte de activitate profesională și să realizeze eficient predare, educația, evaluarea, etc. - să elaboreze și să aplice tehnologiile educaționale și informaționale moderne. - să realizeze cercetări științifice aplicative - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea extradidactică și extrașcolară - să evalueze și să monitorizeze procesul și rezultatul activității profesionale, etc. <p>Comportamentele și atitudinile determinate de interiorizarea valorilor general-umane sociale și culturale pentru învățământul universitar sunt recomandate și metode</p>					

	<p>alternative de evaluare ca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - observarea sistematică a comportamentului studenților, efectuarea conform unor criterii din timp stabilite și planificate prin trei modalități: fișa de evaluare a studentului, scara de clasificare, lista de control; proiectul de cercetare care poate evalua cunoștințe, capacități și atitudini prin diferite tipuri de activitate: orale, scrise, joc de rol, model, etc.; - portofelul didactic, care este un instrument de evaluare complex și care include în sine rezultatele obținute prin celelalte metode; - evaluări sub formă de discuții orale, libere pe baze unei tematici stabilite; - autoevaluarea - autocontrol și autoapreciere posibilă prin diferite forme chestionare, scări de clasificare, etc. 	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bocoș Mușata, Didactica disciplinelor pedagogice, un cadru constructiv, ed. a III-a. Pitești 2008. 2. Bolboceanu A., Cunoașterea elevului, consiliere și orientare. MET, Chișinău 2007. 3. Bontaș Ioan, Pedagogie, ed. București: ALL, 2006. 4. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2009. 5. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactică și Pedagogică, 2009. 6. Cerghit I., Metode de învățământ, Polirom, ed. a IV-a, Polirom 2006. 7. Cojocaru V., Reforma învățământului, obiective, orientări, direcții, Chișinău, 2005. 8. Corlateanu T., Cosovan O., Goraș-Postică V., Forme de competențe prin strategii didactice interactive, Chișinău 2008. 9. Cristea S., Fundamentele pedagogiei, Polirom, 2010. 10. Cucuș C., Pedagogie, Iași, 2009. 11. Educația centrată pe cel ce învață, Ghid metodologic, Chișinău, 2009. 12. Goncearuc S., Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică, În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Ch., 2011. 13. Goncearuc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46 14. Goncearuc Sv., Leșcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS. 15. Goncearuc S., Șaragov N. Comportamentului prosocial al studenților prin mijloacele educației fizice și sportului. În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport.Olimpism. Sănătate”, Ediția III-a 13-15 septembrie 2018, Chișinău, USEFS. 16. Goncearuc S. Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației incluzive, În: Materialele Conferinței științifico-practică internațională Educația Incluzivă: Dimensiuni, Provocări, Soluții. Eduția a IV-a din 19.10.2018. US „Aleco Russo” din Bălți. 17. Gomostal V., Goncearuc Sv., Cijic Ș. Motivarea pentru practicarea sportului a elevilor cu profil de arte din treapta gimnazială. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studențești „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”. Ediția a XXII-a, 11 aprilie 2019, Chișinău, USEFS, ISBN 978-99131-75-9, p.3-8. 18. Guțu Vladimir, Cadru de referință a Curriculum-ului național, ed. Știința, Chișinău. 2007. 	

	<p>19. Iucu Romiți B., Managementul clasei de elevi, aplicații pentru gestionarea situațiilor de criză educațională, Polirom 2006.</p> <p>20. Jinga I., Istrate E., Manual de pedagogie, ediția a II-a, București: ALL, 2008.</p> <p>21. Lupuleac V., Gonciaruc S., Demcenco P. Monografie "Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare". Chișinău, 2015, Tipografia "Valinex" SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.</p> <p>22. Manual de pedagogie, coor. Jinga I., Istrate E., ed. a II-a, București</p> <p>23. Mîndîcanu V., Etica pedagogică, Chișinău 2009.</p> <p>24. Negreț-Dodridor I., Teoria generală a curriculumului educațional, Polirom 2008.</p> <p>25. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, ed.III-a, ARAMIS, 2003.</p> <p>26. Pânișoară Ion-Ovidiu, Profesorul de succes. 59 de principii de pedagogie practică. Polirom Iași 2009.</p> <p>27. Pedagogie, suport de curs, coor. Otilia Dandara, Chișinău, 2010.</p> <p>28. Potolea Dan, Neacșu Ioan, Iucu Romița B., Pânișoară Ion-Ovidiu, Pregătirea psihopedagogică, manual pentru definitivat și gradul didactic II, Polirom 2008.</p> <p>29. Psihopedagogia centrată pe copil, Chișinău, 2008.</p> <p>30. Voiculescu F., Analiza resurse – nevoi și managementul strategic în învățământ, ed. XXI, editura Aramis.</p> <p>31. Voiculescu F., Voiculescu E., Măsurarea și științele educației. Teorie, metodologie, aplicații, Iași 2007.</p> <p>32. Подласый И. П., Педагогика, Москва, «Высшее образование», 2008.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Gonciaruc Svetlana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 022 49-76-55
E-mail: decana_sportt@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Teoria și metodică a culturii fizice					
Titularul cursului		Triboi Vasile, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O. 10	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru		150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Bazele Teoriei ale Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, LP-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btfc@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	45	30	-	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria și metodică a culturii fizice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivele specifice:</p> <ul style="list-style-type: none">- să-și însușească noțiunile de bază privind sporturile practicabile;- să cunoască metodică însușirii tehnicii și tacticii specifice diverselor genuri de sport;- să întocmească referate științifice la temă.- să manifeste interes față de cercetarea sportivă.- să valorifice rezultatele cercetării într-un mod creator- să participe la proiecte care au ca teme autoapărarea fizică.						

	<p style="text-align: center;">Obiectivele de referință:</p> <p>Structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Competențele specifice specialistului din Domeniul <i>1000 Științe ale sportului</i> cu specializarea <i>1000.1 Antrenamentul sportiv</i> pe care trebuie să le dovedească în procesul de predare-învățare-evaluare și care vor fi dezvoltate pe tot parcursul activității profesionale, sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizarea conținuturilor științifice ale disciplinei Teoria și metodică a culturii fizice; • Utilizarea și interpretarea informației provenite din teoria și metodică a disciplinei; • Utilizarea adecvată a terminologiei și conceptelor din domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv; • Înțelegerea principiilor specifice teoriei antrenamentului sportiv; • Formarea unor concepte și valori fundamentale privind efortul fizic și influența anatomo-fiziologică a acestuia asupra organismului uman. • Dezvoltarea calităților motrice de bază, funcționale, aplicative, volitive și estetice prin intermediul practicării sistematice a unor probe de sport; • Construirea unor demersuri didactice interactive prin adecvarea strategiilor la conținuturi; • Utilizarea competență a documentelor reglatoare ce asigură organizarea diferitor forme de competiții în cadrul unor activități curriculare și extra curriculare; • Proiectarea conținuturilor instruirii, organizarea corespunzătoare a activităților didactice și realizarea evaluării competențelor dobândite de elevi; • Adecvarea demersurilor didactice la particularitățile de vârstă, sex, și nivel de pregătire ale diferitor contingente de subiecți la condițiile materiale; • Construirea unui climat educativ interactiv, de cooperare, stimulat, cu scopul creșterii eficienței rezultatelor activităților didactice; • Înțelegerea aspectelor de ordin legislativ ale activității sale, drepturile legale ale elevilor și părinților, propriile sale drepturi și responsabilități; • Cunoașterea criteriilor de evaluare a activității sale și integrarea acestora în conceperea și realizarea activității didactice. • Formarea calităților de personalitate, a comportamentului civilizată, a deprinderilor comunicative și de interacțiune socială. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențele-cheie stipulate în curriculum răspund concepției dezvoltării sistemului de învățământ obligatoriu la nivel național și internațional. Asigură studenților cunoștințe, capacități și atitudini cuprinse în standardele europene. Ariile curriculare cuprinse în planul-cadru de învățământ cuprinde domenii de competențe-cheie stabilite la nivel european, respectiv: <ul style="list-style-type: none"> • 1. Competențe de predare- învățare-evaluare. • 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat și de comunicare

	<p>într-o limbă străină.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 3. Competențe de bază în educație fizică și sport. • 4. Competențe acțional-strategice de aplicare a tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) în domeniul culturii fizice. • 5. Competențe interpersonale, civile, morale . • 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare. • 7 Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) specifice fenomenului culturii fizice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să-și însușească noțiunile de bază privind sporturile practicabile; • să cunoască metodica însușirii tehnicii și tacticii specifice diverselor genuri de sport; • să întocmească referate științifice la temă. • să manifeste interes față de cercetarea sportivă. • să valorifice rezultatele cercetării într-un mod creator • să participe la proiecte care au ca teme autoapărarea fizică. • să cunoască terminologia specifică, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorilor care va fi convertită, în procesul însușirii, în cunoștințe necesare, aplicate în procesul autoinstruirii și transferul acestora sportivilor; • cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; • să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul teoriei antrenamentului sportiv precum și tendințele de dezvoltare ale acestora. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să posede capacități de a transfera cunoștințele științifice generale în domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv; • să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor; • să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul culturii fizice și sportului; • să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu teoriei antrenamentului sportiv, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor specifice procesului de pregătire a sportivilor. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să posede aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne; • să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta de cercetare în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; • să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul general 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Exercițiul fizic - necesitate practică și obiect de reflecție. Concepții despre exerciții fizice în Antichitate. Concepții privind practicarea exercițiilor fizice în Evul Mediu .</p>	<p>8</p>	<p>4</p>		<p>4</p>
	<p>2</p>	<p>Influențele Renașterii asupra formării concepțiilor despre practicarea exercițiilor fizice. Cultura fizică în cadrul sistemelor pedagogice din perioada umanistă și iluministă. Sisteme</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>

	naționale de cultură fizică în secolul XIX.				
3	Concepții moderne în cultură fizică. Evoluția concepției despre cultura fizică în Republica Moldova.	8	2	2	4
4	Aparatul noțional al teoriei culturii fizice	12	4	2	6
5	Conceptul de cultură fizică.	8	2	2	4
6	Obiectivele culturii fizice. Scopul și finalitățile culturii fizice.	8	2	2	4
7	Formele de organizare a culturii fizice. Cultura fizică - proces continuu.	8	2	2	4
8	Funcțiile culturii fizice. Funcția de optimizare a potențialului biologic. Funcția de perfecționare a capacității motrice. Funcția psiho-socială. Funcția culturală. Funcția economică.	8	2	2	4
9	Idealul olimpic - expresie sintetică a funcțiilor și obiectivelor culturii fizice. Cultura fizică - factor de sănătate. Efectele culturii fizice asupra sănătății.	8	2	2	4
10	Cultura fizică - factor de socializare. Integrarea socială - efect al socializării prin cultura fizică. Cultura fizică - activitate instructiv – educativă. Cultura fizică - factor de comunicare.	8	2	2	4
11	Mijloacele specifice. Conținutul și forma exercițiului fizic. Exercițiul fizic - de la act motric automatizat la act motric operaționalizat.	8	2	2	4
12	Clasificarea exercițiilor fizice. Condiții favorizante și mijloace asociate în practicarea exercițiilor fizice.	8	2	2	4
13	Rolul eredității în practicarea exercițiilor fizice. Rolul mediului în practicarea exercițiilor fizice	8	2	2	4
14	Aptitudinile, talentul și vocația.	8	2	2	4
15	Statutul profesorului de educație fizică. Rolul profesorului de educație fizică.	8	2	2	4
16	Relația dintre statut, rol și comportamentul profesorului de educație fizică. Nivelul de aspirație și raportul cu statutul, rolul și comportamentul profesorului de educație fizică.	8	2	2	4
17	Statutul și rolul antrenorului. Set-statutul și set-rolul antrenorului. Relația personalitate – rol.	4	2		2
18	Generalități privind noțiunea de sistem. Caracteristicile sistemului de cultură fizică în Republica Moldova.	4	2		2
19	Principiile de organizare a sistemului de cultură fizică . Structura sistemului de	8	2	2	4

	cultură fizică.				
20	Foruri europene în domeniul culturii fizice.	4	2		2
21	Formarea și perfecționarea specialiștilor din domeniul culturii fizice pe plan național.	2	1		1
Total :		150	45	30	75
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cârstea, Gh. - Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Universul, București, 1993. 2. Petrică, D., Scarlat, E.- Educație fizică școlară, Editura, Didactică și Pedagogică, București, 2004. 3. Ploșteanu, C. -Teoria educației fizice și sportului, Editura, University Press, Galați, 2009. 4. Scarlat, E., Scarlat, M.B. - Educație fizică și sport, Didactică și Pedagogică, București, 2003. 5. Todea S.F. - Teoria educației fizice și sportului, Editura, Fundației «România de 				

	<p>Măine», București, 2001.</p> <p>6. Triboi Vasile, Teoria educației fizice și sportului, Editura USEFS, Chișinău, 2014, ISBN 978-9975-131-03-2, p.201. Советский спорт, 2003. 464 с</p> <p>7. .Triboi Vasile, Teoria cuturii fizice și sportului, Editura USEFS, Chișinău, 2020, ISBN 978-9975-131-85-8, p.201. Советский спорт, 2003. 464 с</p> <p>8. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424с.</p> <p>9. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392с.</p> <p>10. . Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / - М.: Советский Спорт.</p> <p>11. Чермит М.М. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст] : учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2005. 272 с.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Triboi Vasile



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Limba engleză - II					
Titularul cursului		Bardier Adelina, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 02 O.11	Anul	I	Semest rul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedralimbi@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			120	-	60	-	60
Nota de prezentare	<p>Disciplina la Limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Sport. Programul prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă, poezii, poeme), care permite dezvoltarea vorbirii orale libere, exprimarea gândurilor și opiniilor personale, ce duc la lărgirea orizontului și a formării capacităților de analiză și sinteză.</p> <p>Prezentul curs, din programul de studii, reprezintă rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de nivelul actual al învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de Credite Transferabile de Studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modul ului	Competențe profesionale: <ul style="list-style-type: none">Identificarea conținuturilor modulare adaptate nevoilor și experiențelor de învățare a viitorilor specialiști sub formă de suport scris, audio și video și corelarea acestora la nivelul diferitelor registre lingvistice;						

	<ul style="list-style-type: none"> Realizarea acelor tipuri de exerciții și sarcini de învățare care să stimuleze achiziționarea de competențe lingvistice și să faciliteze transferul de cunoștințe specifice obiectivelor de studiu din planul de învățământ prin intermediul instrumentului de comunicare de lucru al limbii străine; Susținerea și organizarea întrunirilor, meselor rotunde, măsurilor educative în promovarea limbii engleze; Selectarea conținuturilor astfel încât să înlesnească evaluarea individuală și de grup a progreselor realizate; Înșușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată; Înșușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală; Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă;
--	---

Finalități și performanțe la curs/modul	La nivel de cunoaștere:
	<ul style="list-style-type: none"> înșușirea terminologiei sportive în limba engleză; cunoașterea regulilor de reducere a unui text; elaborarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; redactarea și corectarea unui text de specialitate, care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale; înșușirea regulilor gramaticale pentru a formula corect un enunț (oral sau scris); <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> utilizarea corectă a formulelor de politețe; audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; pregătirea și prezentarea unei comunicări pe anumite teme de specialitate; explicarea unui concept, discutat la lecția precedentă, utilizând logic lexicul sportiv și aducând suficiente exemple sau detalii suplimentare, pentru a explica tema într-un mod adecvat; formularea unor întrebări în baza textului de specialitate studiat; identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate; utilizarea metodei scanării în căutarea răspunsurilor la întrebări, adresate în prealabil <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> participarea activă la interacțiunile verbale; elaborarea și scrierea planului unui text de specialitate cunoscut; extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale, în sensul deschiderii către valorile spirituale ale țării, limba căreia se studiază;

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Ore practice	LI	-
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Winter Sports	8	4	4	-
	2	The Olympic Games	8	4	4	-
	3	Pierre de Coubertin	6	2	4	-
	4	Football	8	4	4	-
	5	Basketball	8	4	4	-
	6	Volleyball	8	4	4	-
	7	Handball	8	4	4	-
	8	Lawn Tennis	6	2	4	-
	9	Judo	8	4	4	-
	10	Boxing	8	4	4	-
	11	Martial Arts	8	4	4	-
	12	Swimming	8	4	4	-
	13	Sports Nutrition	8	4	4	-
	14	Sports Hygiene	8	4	4	-

	15	Kinds of Competitions	8	4	4	-
	16	Revision	2	2	-	-
	17	Final Test	2	2	-	-
	Total :		120	60	40+20	Lect. Part.
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Cursul este organizat sub formă de lecții practice. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de predare a noilor cunoștințe, reluare/recapitulare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), Snow Ball etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>În învățământul universitar evaluarea desemnează orice proces care măsoară și apreciază gradul de însușire a cunoștințelor teoretice, nivelul de dezvoltare a deprinderilor, abilităților și aptitudinilor, precum și atitudinile fiecărui student în raport cu programul de studii aferent domeniului și specializării alese. Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p><i>Evaluarea curentă</i> a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei sportive pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p><i>Evaluarea finală</i> a cunoștințelor studenților are ca scop controlul final al materialului studiat pe parcursul semestrelor I, II și se realizează prin examen. Conținutul examenului prevede: traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului; citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu; conversația pe o temă studiată; traducerea lexicului de specialitate.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				40%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. P.F. Degtiariova P.F, M., „English” 1989 2. А.В. Парахина, С.А. Тылкина «Учебник английского языка» - Москва, Высшая школа, 1982 3. D. Melenciuc, E. Onofreiciuc „English for High School”- Chișinău, 2000 4. V. Ștefănescu – Drăgănești “Basic English” (curs rapid de limbă engleză) Meteor – Press, 2002 5. Ю. Галицынский «Грамматика английского языка» (сборник упражнений). Санкт Петербург, КАРО, 2006 6. Ellen Henrichs – Kleinen „Gramatica limbii engleze”, Editura Niculescu, București, 2003 7. “Keep the spirit Alive “International Olympic Academy, 2003 8. American Celebrations (Peace Corps), 1996 9. Dicționar Englez – Roman și Român – Englez, Chișinău-2005 10. C. Nedelcu, I. Murar, A. Bantaș, Dicționar român – englez, Teora București, România – 2001 11. L. Levițchi /A. Bantaș, Dicționar englez – român, Teora București, București, 2001 12. М. Тимопова: „Быстрее, выше, сильнее”, М., 1988 Sport 4 x 100, М., 1968 Britain in Brief. М, 1993. 					



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Limba franceză					
Titularul cursului		Coronovschi Zinaida, asistent universitar					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G 02 O. 011	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Catedra de Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120		60		60	
Nota de prezentare	Notă de prezentare <p>Disciplina la Limba franceză este destinată profesorilor care predau limba franceză în Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, la facultatea de sport.</p> <p>Procesul instructiv-educativ organizat conform acestui curriculum va fi organizat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei și mijloacele și căile de realizare a procesului de predare/ învățare.</p> <p>Cursul de limba franceză constituie o continuare a cursului liceal și este bazat pe studierea textelor de specialitate, a unor teme de conversație, care, de asemenea, au tangențe cu domeniul educației fizice și sportului, articole extrase din presa sportivă.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Posedarea practică a limbii străine ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și cu folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a. • Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor proprii cu privire la cele expuse. • Întreținerea unei convorbiri, discuții pe anumite teme prevăzute de programă. • Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara respectivă, mai ales a cunoștințelor referitoare la organizarea sportului în corelație cu lumea sportului din R. Moldova, care să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori spirituale comune sau diferite din cele două culturi vizate, română și franceze. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea modalităților eficiente de stimulare a potențialului creativ al studenților. • Dezvoltarea relațiilor de comunicare eficientă și constructivă în plan cognitiv, afectiv – motivațional, atitudinal și practic-aplicativ. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • însușirea terminologiei sportive în limba franceză; • asimilarea materialului gramatical în vederea extragerii informației exacte dintr-un text de specialitate (educație fizică și sport) și formulării corecte a unui enunț (oral sau scris); • asimilarea diverselor tipuri și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta; • însușirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului științific; • însușirea regulilor de reducere a unui text; <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea corectă a terminologiei și construcțiilor lingvistice specifice în descrierea unui eveniment sportiv; • înțelegerea corectă a unui text de specialitate, relevând informația principală și cea secundară; • exprimarea corectă și coerentă cu privire la un subiect cu caracter științific; • utilizarea corectă a unor formule de politețe. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • observarea particularităților limbajului de specialitate în raport cu stilul artistic și cu limbajul vorbit; • integrarea în procesul de comunicare cu un interlocutor; • pregătirea și prezentarea comunicărilor pe anumite teme (la orele de curs, la conferințe științifice); • formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului (vorbit sau scris) pe teme sportive; 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
	<p align="center">1</p>	<p align="center">Ma spécialité.</p>	<p align="center">Total</p> <p align="center">5</p>	<p align="center">LP</p> <p align="center">4</p>	<p align="center">LI</p> <p align="center">1</p>	

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	2	Football. Petite presse: Football. Feu vert pour la FFF. Gr : Pronoms relatifs simples et composés.	5	4	1	
	3	Basket – ball. Petite presse: Jordan, piano, piano. Gr: Concordance des temps de l’indicatif (Révision).	5	4	1	
	4	Evaluation des connaissances	3	2	1	
	5	Volley – ball. Petite presse: „Sète mène la révolution.” Gr : Conditionnel présent et passé.	5	4	1	
	6	Handball. Petite presse: ”Ivry a sauté sur l’occasion.” Gr : Infinitif présent et passé.	5	4	1	
	7	Tennis. Gr: Formation des adjectifs. Article de presse.	5	4	1	
	8	Natation . Gr: Suffixes d’adverbes. Article de presse.	5	4	1	
	9	Evaluation des connaissances	3	2	1	
	10	L’enseignement sportif en France.	3	2	1	
	11	Le sport en France. Article de presse.	3	2	1	
	12	Le sport universitaire en France. Article de presse.	3	2	1	
	13	Le cyclisme. Gr: Formes en –ant. Participe présent. Gérondif. Adjectif verbal.	3	2	1	
	14	Le sport en Moldavie. Article de presse.	3	2	1	
	15	Evaluation des connaissances	3	2	1	
	16	La Lutte Article de presse.	3	2	1	
	17	Andrei Doga, sportif et entraîneur. Article de presse.	5	4	1	
	18	Pierre de Coubertin. Article de presse.	5	4	1	
	19	Le Mouvement Olympique et l’Olympisme.	3	2	1	
	20	Evaluation finale (semestrielle)	3	2	1	
	21	Récapitulation.	2	2	-	
		Total :	120	60	20+40 lectură particu lară	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Utilizarea strategiilor didactice cooperante Strategii didactice interactive (SDI) - suport cognitiv și socio-afectiv necesar formării profilului intelectual și psihologic al studenților și integrării lor în societate. Specificul strategiilor interactiv – creative constă în promovarea interacțiunii dintre capacitatea de gândire și personalitatea studenților.					

	Dezvoltarea spiritului investigativ, a gândirii divergente și a atitudinii creative a studenților. Favorizarea accesului la cunoaștere prin forțele proprii. Valorificarea potențialului creativ al studenților.	
Strategii de evaluare	<p><i>Evaluarea –inovativă</i> cea mai sigură metodă ce include: seminare, eseuri, proiecte, simulări, soluționare de probleme, prezentări și altele. La evaluare studenții demonstrează că “știu cum să”, în loc “să știe despre”.</p> <p><i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. II. Studenții sunt admiși la examen în baza reușitei curente. Examenul final permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii străine studiate. Lucrările de control se dau după asimilarea anumitor compartimente din materia predată pe parcursul semestrului și la finele acestuia. Sunt admiși la lucrările de control de sfârșit de semestru și de sfârșit de an doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Le français du sport. (aut.G.Florea,București, 2002) 2. Limba franceză (aut. I.Pădureț). București 1988. 3. Grammaire française. M.1969. 4. Le sport à l' école. (aut. G.Belbenoit), 1973. 5. Exploits sportifs. M.1970. 6. Mon football (d' après Raymond Kopa), M. 1984. 7. La gym', Chișinău, 2009. 8. Terminologia educației fizice și sportului. Ed.Stadion, București, 1974. 9. Lexique anglais / français des sports olympiques. Paris, 2001. 10. Revue Olympique. 11. Dicționar de termeni sportivi francez – român, București, 2008. 12. Dicționar francez – român, român-francez, Chișinău, 1994. 13. <i>Termes sportifs français d' origine étrangère</i>, Chișinău, 2011. 14. <i>SportEurope</i>. 14. <i>France JO</i>. 15. <i>FISU Magazine. Bulletin de la Fédération Internationale du Sport Universitaire</i> 	

Data completării: 01.09.2021

Coronovschi Zinaida



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Gimnastica artistică					
Titularul cursului		Tomșa N., dr. în pedagogie, conf. univ. Cerescu Gh., asistent universitar					
Ciclul I	L	Codul cursului	S 02 O.12	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, L-lecții practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	L/P	LI		
		120	16	64	40		
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Gimnastica artistică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul sportului, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective generale ale învățământului cu profil pedagogic sportiv, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educației fizice și sportului, capabili de a utiliza competențele profesionale în activitatea practică din cadrul compartimentelor curriculare și extracurriculare cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului superior cu profil pedagogic sportiv ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul științelor educației, specialitatea „Antrenament sportiv”, prin implicarea acestuia în activități didactice, fiind asigurat procesului educațional; 						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință reiese din obiectivele generale și cadru, urmăresc pregătirea practică a studenților în scopul încadrării eficiente în cadrul activității profesionale la nivel național și internațional; <p>Procesul de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, deprinderilor și calităților profesionale se bazează pe cerințele actuale în pregătirea cadrelor didactice de specialitate.</p> <p>Curriculumul universitar constituie un reper în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul sportului.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea continuă a unui sistem integral de cunoaștere, axat pe teoria științifică și metodică a gimnasticii artistice. - formarea și dezvoltarea priceperilor și deprinderilor de aplicare a cunoștințelor. - formarea/dezvoltarea motivațiilor, atitudinilor generale de comportament civilizat de respectare a normelor didactice și deprinderilor comunicative în cadrul interacțiunii sociale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul procesului instructiv-educativ de antrenament ; • Aplicarea priceperilor, metodelor și a procedeele tehnice de instruire în corespundere cu specificul disciplinei. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Să însușească bazele teoretice și metodologice de predare-învățare-evaluare a gimnasticii ca disciplină de învățământ obligatoriu. 2.Să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de sportivi, metodele, procedeele și mijloacele de instruire. 3.Să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale. 4. Să însușească tehnica de executare a exercițiilor de gimnastică. 5. Să însușească tehnologia de asigurare, autoasigurare și acordare a ajutorului în cadrul învățării motrice. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Să utilizeze metodologia comunicării. 2.Să elaboreze și să realizeze proiectarea a unor activități instructiv-educative. 3.Să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p>La nivel de integrare:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Să elaboreze, să aplice și să autoevalueze diverse modele de activități didactice la nivel formativ-creativ. 2.Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului instructiv-educativ. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>LP</p>	<p>LI</p>
		<p>I. Cunoștințe generale(teoretice)</p>	<p>16</p>	<p>16</p>		
	<p>1</p>	<p>Gimnastica în sistemul pedagogic de educație fizică</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>2</p>	<p>Terminologia gimnasticii</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>3</p>	<p>Metodologia exercițiilor de dezvoltare fizică generală</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>4</p>	<p>Bazele generale ale tehnicii executării exercițiilor la aparatele de gimnastică</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>5</p>	<p>Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>6</p>	<p>Gimnastica netradițională</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		
	<p>7</p>	<p>Organizarea și conținutul lecțiilor de gimnastică în școală</p>	<p>2</p>	<p>2</p>		

	8	Metodologia manifestărilor și sărbătorilor de masă	2	2		
		II. Calități și capacități	104		64	42
	1	Exerciții de dezvoltare fizică generală	23		10	13
	2	Exerciții aplicative	8		5	3
	3	Exerciții de front și formații	4		3	1
	4	Exerciții la aparatele de gimnastică	34		25	9
	5	Exerciții la sol și acrobatică	16		10	6
	6	Sărituri (cu și fără sprijin)	10		8	2
	7	Istoria dezvoltării gimnasticii	3			3
	8	Prevenirea traumatismului la lecțiile de gimnastică	6		3	3
		Total:	120	16	64	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt: cursul teoretic, lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică sau dezbatere, care poate include unele debateri, situații aplicative sau problematizate. Lecțiile practice se organizează sub diverse forme: de formare a competențelor specifice gimnasticii, de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului teoretic se organizează prezentări în Power Point, iar la lecțiile practice - diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială (diagnostică) orală și practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale, testări practice</i> a cunoștințelor, abilităților și competențelor profesionale formate, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă (dinamică formativă) scrisă sau practică se efectuează sub forme: <i>lucrări de control (compartiment teoretic) și executare practică</i> (elemente de gimnastică) petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură are loc formarea competențelor specifice conform obiectivelor înaintate. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală (sumativă), scrisă și practică, de bilanț se efectuează conform planului de studii sub forma de testări practice și prin examen (scris sau oral). Testele de examinare teoretică includ cele trei nivele de apreciere: cunoaștere, aplicare, integrare, iar cele practice se efectuează conform baremelor specifice gimnasticii.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală (nata EC + nota EE)				100%	
	Nota curentă (EC = media notelor curente x 0,6)				60%	
	Nota evaluării la examen (EE = media notelor x 0,4)				40%	
Referințe bibliografice	<p>1. Bufta V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. Material didactic, Chișinău, 2003, 68 p.</p> <p>2. Carp, I., Jurat, V. Formarea și evaluarea competențelor profesionale ale studenților facultății de pedagogie. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Mat. conf. științ. internaț. 6 decembrie 2019, Chișinău: USEFS, (Tipogr. „Valinex”, SRL).</p>					

pp. 11-14.

ISBN 978- 9975-131-78-0

3. Filipenco E., Bufta V. Gimnastica: Exerciții acrobatice. Lucrare metodică. Chișinău. „Valinex”, 2016, 66 p. ISBN 978-9975-68-296-1.
4. Filipenco E.M., Кислюк Р.А., Tolmaciov P.E. Gimnastica sportivă de masă, Chișinău: Cartea moldovenească, 1987, 199p.
5. Filipenco E., Moga C., Boiachin A. Dicționar terminologic de gimnastică (rus – român). Chișinău: Sapațina-Print, 2018, 72 p. ISBN 978-9975-3231-2-3.
6. Filipenco E.M., Carp Iu. Dicționar terminologic de gimnastică. (român-rus), Chișinău: Valinex, 2006, 51p.
7. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciov. Lumina, Chișinău, 1993, 344 p.
8. Grimalschi T., Simion Gh. Gimnastica //Îndrumar metodico-terminologic. Ed.Universității din Pitești, 1999, 270 p.
9. Jurat V., Moga, C. Didactica gimnasticii. Acrobatica. Recomandări metodice pentru studenții USEFS privind însușirea tehnicii exercițiilor acrobatice. Chișinău: S.n., 2020 (Tipogr. „Print-Caro”). 116p. ISBN 978-9975-56-736-7
10. Filipenco E.M., Tomșa N.S. Gimnastica: Recomandări metodice pentru studenții USEFS privind studiul cursului teoretic programat. Chișinău, „Valinex” SRL, 2011-78p. ISBN 978-9975-68-177-3.
11. Filipenco Efim M., Tomșa Nicolai S., Bufta Victor F. Gimnastica: Curs teoretic și practico metodic programat la săriturile cu sprijin. Chișinău, USEFS, 2014 – 149 p. ISBN 978-9975-131-00-1.
12. Баршай В.М., Курьсь В.Н., Павлов И.Б. Гимнастика: учебник – изд.2-е, доп.и перераб. – Ростов н / Д: «Феникс», 2011 – 330 с. ISBN 978-5-222-17668-9
13. Баршай В.М., Курьсь В.Н., Павлов И.Б. Гимнастика: учебник – изд.3-е, доп.и перераб. – М.: КНОРУС, 2013 – 312 с. ISBN 978-5-406-02356-3
14. Гимнастическое многоборье. Женские виды. Под. ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1986, 336с.
15. Гимнастическое многоборье. Мужские виды. Под. Ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1987, 480 с.
16. Гимнастика и методика преподавания. Учебник для институтов Физкультуры. Под. ред. В. М. Смолевского, М.: Физкультура и спорт, 1987, 336 с.
17. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе. Учеб. для студ. высш. учеб. Заведений, Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003, 448 с.

Data completării: 01.09.2021

Tomșa Nicolai

Cerescu Gheorghe



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Înotul sportiv *					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ. Solonenco Grigorie, conf. univ., Antrenor Emerit al RM					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O.13	Anul	I	Semestrul	2
Nr.credite	4	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct		80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natație@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	14		66	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “Înotul sportiv” este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului I secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice și sport , aplicativ și integrativ la catedra „Natație și turism” USEFS.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățării înotului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul Educației fizice, capabili de a utiliza elementele de învățare a înotului în cadrul activităților nautice desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiectivele cadru ale învățării înotului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul educației fizice prin implicarea acestuia în 						

	<p>activități ce presupun cunoașterea caracteristicilor înotului sportiv și al celui aplicativ, care va asigura abordarea complexă a elaborării programelor de instruire la înot;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional prin achiziția de capacități și atitudini pe parcursul anilor de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. 2, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației fizice și sport..</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor privind instruirea în proba de natație; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina “Didactica înotului” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. <p>Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor.</p> <p>Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului; - să cunoască metodele și procedeele de învățare a exercițiilor de înot; - să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeele sportive și înotul aplicativ în cadrul structurii lecției de înot; - să cunoască metodica reglării efortului fizic în cadrul lecției; - să poată organiza, desfășura și arbitra competițiile de înot; - a participa, organiza la manifestările de salvare de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor; - să determine noțiunile de bază ale cercetărilor pedagogice, metodele de cercetare, lucrul cu literatura. - să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei; <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze și să utilizeze în scop didactic proiectul didactic a lecției de înot în cadrul practicării; - să selecteze și să aplice exerciții pregătitoare și speciale pentru învățarea elementelor tehnice de bază a procedeele de înot; - să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație, coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; - să desfășoare etapa pregătitoare ale lecției de înot pe uscat conform proiectului didactic; - să interpreteze corect salvarea de la înec, transportarea și acordarea primului ajutor.

	<p>la nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în proiectarea didactică; - să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor; - să explice și să execute expresiv exercițiile de înot; - să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative; - să încadreze în cadrul lecției elemente de cercetare științifică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Bazele generale ale înotului sportiv	4	2		2
	2	Tehnica înotului sportiv, starturilor și întoarcerilor	6	4		2
	3	Mijloacele și metodele de instruire și antrenament	4	2		2
	4	Planificarea lecțiilor de instruire și antrenament. Antrenamentul sportiv.	4	2		2
	5	Tehnica și metodica instruirii înotului aplicativ	4	2		2
	6	Organizarea și desfășurarea competițiilor la înot	4	2		2
	7	Învățarea exercițiilor pregătitoare pentru acomodarea cu apa	2		2	
	8	Învățarea mișcărilor de picioare la procedeul craul pe piept, craul pe spate	2		2	
	9	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate	6		4	2
	10	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate în coordonare cu respirația.	6		4	2
	11	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare în stilul future.	2		2	
	12	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul fluture	6		4	2
	13	Învățarea coordonării mișcărilor de picioare, brațe și respirație în procedeul fluture	6		4	2
	14	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, pe spate, fluture în coordonare cu respirația	4		4	
	15	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare cu respirația	4		4	
	16	Perfecționarea tehnicii înotului în procedeul craul pe piept, craul pe spate, fluture în coordonare deplină	4		4	
	17	Învățarea tehnicii a mișcărilor de picioare bras	4		2	2
	18	Învățarea mișcărilor de brațe în procedeul bras	4		2	2
19	Învățarea continuă a mișcărilor de picioare bras în coordonare cu respirația și fără	4		2	2	
20	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras cu reținerea respirației și în	4		2	2	

		coordonarea cu respirația				
	21	Învățarea tehnicii înotului în procedeu bras în coordonare deplină	4		2	2
	22	Învățarea tehnicii întoarcerilor în procedeu craul pe piept și spate	4		2	2
	23	Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe, picioare, respirație în stilurile craul pe piept, spate, fluture și bras	2		2	
	24	Învățarea tehnicii întoarcerii în procedeu fluture, bras	4		2	2
	25	Învățarea și perfecționarea tehnicii startului de pe blocul de start și din apă	2		2	
	26	Învățarea și perfecționarea tehnicii înotului mixt cu executarea corectă a întoarcerilor	2		2	
	27	Perfecționarea parcurgerii distanțelor în procedeele craul pe piept, spate, fluture și bras cu efectuarea corectă a starturilor și întoarcerilor	2		2	
	28	Învățarea tehnicii procedeuului aplicativ de înot pe o parte	4		2	2
	29	Învățarea tehnicii procedeuului aplicativ de înot bras pe spate	4		2	2
	30	Învățarea tehnicii scufundărilor în adâncime, lungime și plonjărilor în procedeu bras și craul pe piept. Învățarea tehnicii procedeelelor de transportare și de eliberare de încheștările victimei	4		2	2
	31	Învățarea succesiunii parcurgerii ștafetei mixte și ștafetei de stil liber la	2		2	
	Total :		120	14	66	40
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor</i></p>					

	<p><i>individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminar	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarenco T. Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013 2. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Mâine, 2012. 3. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 4. Maglischo E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 5. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 6. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 7. Булгакова Н. Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 8. Булгакова Н. Познакомьтесь – плавание. Москва: Астрель, 2002. 9. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 10. Ганчар И. Л. – Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, «Друк», 2006. 11. Макаренко Л. П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 12. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. Киев.: Олимпийская литература, 2000, 495 с. 13. Степанова Н. Исследование основных средств и методов совершенствования старта в плавании Materialele congresului științific internațional “Sport, Olipism, Sănătate” . Chișinău : USEFS, 05-08.10. 2016, Vol. II, -P. 320 – 3. 14. Платонов В. Н. – Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I,II Киев, Олимпийская литература, 2011. 	

Data completării: 01.09.2021

Stepanova Natalia

Solonenco Grigorie



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport
tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Bazele tehnicii probei sportive alese I (BTPSA – I), jocuri sportive					
Titularul cursului		Sîrghi Serghei dr. conf. univ., Tăbîrța Vasile dr., conf. univ., Mocrousov Elena, dr. hab., conf. univ., Conohova Tatiana dr., conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.02.O.14	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese - I” (jocuri sportive) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul jocurilor sportive, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Acumularea cunoștințelor profesional-pedagogice ce țin de pregătirea tehnică în domeniul probei sportive aleasă. 2. Înțelegerea bazelor tehnicii jocului în proba sportivă aleasă. 3. Formarea deprinderilor organizatorico-pedagogice, privind însușirea tehnicii jocului sportiv ales. 						

	<p>4. Dezvoltarea capacităților de aplicare a cunoștințelor formate în domeniul tehnicii jocului sportiv ales.</p> <p>5. Operarea cu metodele de evaluare a nivelului pregătirii tehnice în proba sportivă aleasă.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul jocurilor sportive.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilor și echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor specifice de dirijarea și coordonare în domeniul jocurilor sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire tehnică la „jocuri sportive”; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul jocurilor sportive; • Desfășurarea procesului instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării jocului dat în lume.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive (tehnica, pregătirea metodică, procesul de instruire, acțiunile specifice); • să identifice metodele pedagogice și ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire ale jocurilor sportive; • să caracterizeze mijloacele inovaționale care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a procesului de antrenamente sportive cu scopul îmbunătățirii pregătirii tehnice ale jucătorilor; • să identifice aspectele specifice ale pregătirii tehnice a jucătorilor în ramura sportivă aleasă; • să caracterizeze procesul de pregătire tehnică a sportivilor de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine procedeele tehnice din proba sportivă aleasă; • să elaboreze un plan de pregătire a unui jucător din proba aleasă ; • să analizeze și să explice pregătirea tehnică a sportivului; • să determine metodica însușirii a elementelor tehnice principale din jocuri sportive; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu jucători și echipe de diferite vârste.

	<p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să explice esența și structura tehnicii jocului sportiv; • să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de pregătire tehnică; • să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a sportivului ce practică jocuri sportive; • să respecte particularitățile acestui gen de sport. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Seminar	L/P	LI
	1	Noțiuni și termeni de bază a tehnicii în jocurile sportive	12	4	-	2	6
	2	Clasificarea tehnicii jocului	8	2	-	2	4
	3	Poziția fundamentală și deplasărilor în atac	28	6	-	8	14
	4	Tehnica transmiterii balonului	32	4	-	12	16
	5	Tehnica specifică jocului practicat	44	6	-	16	22
	6	Poziția fundamentală și deplasările în apărare	12	2	-	4	6
	7	Tehnica deposedării de balon	16	2	-	6	8
	8	Tehnica specifică jocului practicat	28	4	-	10	14
	Total :	180	30	-	60	90	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p>						

	3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. Miu, Ș. Fotbal specializare. București: Editura Fundației Române de Mâne, 2001. 176 p. ISBN 973-582-335-7. Păcuraru A., ”Volei. Tehnica și tactica”. Editura fundației universitare ”Dunărea de jos”, Galați, 2002, 183p. ISBN 973-627-004-1. Sîrghi, S., Balint, Gh. Bazele teoretico-metodice ale jocului de fotbal. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2018, 202 p. ISBN 978-9975-68349-4. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p. Под ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФИС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players</i>. In: <i>Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society</i>. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. 	

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii	<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>						
Denumirea cursului	Bazele tehnicii probei sportive alese I BTPSA – I (probe sportive individuale)						
Titularul cursului	Dercacenco Ivan, dr. în pedagogie, conf. univ. Gîlcă M., asistent universitar Gurin Serghei, asistent universitar						
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O. 14	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	Modernizarea curriculumului universitar din învățământul superior și Procesului Bologna prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile curriculumului angajează-consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație						

	<p>Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană pe perioada 2015-2021, acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptarea curriculumului la schimbările intervenite în învățământul european. - Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice la învățarea și consolidarea principalelor elemente specifice ramurei de sport practicate - Însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice ramurei de sport practicate precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare - Utilizarea terminologiei specifice ramurei de sport practicate. - consolidarea calității proiectării activităților didactice, noilor tehnologii de predare învățare și evaluare. <p>Curriculumul disciplinar „BTPSA- I,, (lupte) este elaborat în baza normativelor și cerințelor educaționale de modernizare a învățământului superior și reprezintă un document de planificare a conținutelor didactice, realizabile în concordanță cu concepția de proiectare a planului de învățământ. BTPSA I are ca obiectiv, însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice ramurii sportive alese, precum și bagajul minim de cunoștințe.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. 2, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul luptelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe – cheie:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea de competențe fundamentale privind activitatea didactică la disciplina BTPSA și pregătirea profesională pedagogică a antrenorilor-manageri. 2. Acumularea cunoștințelor legate de metodică învățării a procedurilor tehnice, noțiuni terminologice. 3. Metodică învățării acțiunilor tehnice, formarea calităților atitudinale, de personalitate, de colegialitate, dăruire de sine și responsabilitate, disciplină, sentimentul datoriei. <ul style="list-style-type: none"> - locul de desfășurare a cursului; - sala de curs dotată cu aparate de video proiecție; - sala de sport dotată cu saltele, manechin. <p style="text-align: center;">Subcomponente psihomotrii:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Educația atenției și memoriei operative substanțe formele de manifestare (auditivă, vizuală, verbală). 2. Formarea deprinderilor și pricepiilor antrenamentului practic în diferite situații extreme, sub influența altor factori ca: auditoriu, sala, zgomot, oboseala, suporteri ș.a. 3. Formarea pricepiilor de anticipare a situațiilor de conflict, agresivitate. 4. Formarea deprinderilor pedagogice de bază pentru desfășurarea antrenamentului tip concurs competițiilor sportive, în menținerea condiției fizice personale. <p style="text-align: center;">Subcompetențe atitudinale.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Realizarea sistematică și independentă a obiectivelor lecției și sarcinilor la domiciliu studentului. 2. Activități de formare a calităților de personalitate. <p>Participarea la activități competiționale, la arbitrajul la individual, pe echipe.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei BTPSA I (Calitate, metoda, mijloace, tehnica, tactica); ▪ să identifice metodele și mijloacele folosite în sporturile de lupte; ▪ să caracterizeze calitățile motrice specifice; ▪ să identifice vârstele optime de dezvoltare a calităților motrice în sporturile de lupte; ▪ să identifice mijloacele ce duc la dezvoltarea calităților motrice; ▪ să identifice și să caracterizeze jocurile dinamice ce permit dezvoltarea calităților motrice.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine mijloacele de dezvoltare a calităților motrice; ▪ să determine jocurile dinamice specific vârstei și calității motrice dezvoltate; ▪ să elaboreze un macrociclu de dezvoltare a calităților motrice specific probei practicate de lupte; ▪ să analizeze și să explice dezvoltarea calităților motrice specific vârstei; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării a unei lecții practice cu o grupă de inițiere. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența bazelor tehnice în luptele sportive; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică luptele sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1.	<p>Achiziționarea cunoștințelor fundamentale privind principalele concepte ale disciplinei.</p> <p>Istoria apariției și dezvoltării luptelor sportive (lupte libere, Greco romane, judo, sambo etc.) și evoluția luptelor</p> <ul style="list-style-type: none"> - Caracteristicile generale ale pregătirii tinerilor luptători. - Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol. -EDFG -exercițiile special ale luptătorului - Particularitățile metodice în dezvoltarea calităților motrice la diverse categorii de vârstă. 	20	15	30	65
	2.	<p>Selecția și orientarea în sport.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Inițierea și însușirea tehnico tactică -particularitățile morfofuncționale pentru perioada pubertană 10-14 ani. 	6			6
	3.	<p>Dezvoltarea motricității sisteme de probe și norme de control utilizate în selecție, criterii de selecție.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Strategii de selecție -Criterii psihologice de selecție. 	4		15	19
	4.	<p>Clasificarea prizelor în tehnicile de lupte , deplasările pe saltea, exercițiile speciale ale luptătorului, jocuri dinamice specializate, Formele simple de lupte</p> <p>Partea pregătitoare</p> <p>Elemente acrobatice</p> <p>Ex în perechi cu ingreuneni, aparate de gimnastică.</p>		15	15	30
5.	<p>clasificarea tehnicilor în lupta la sol</p> <ul style="list-style-type: none"> -extensii -încrucișări -pîrghii 		15	15	30	

		-strangulări -luxări				
	6.	Tehnici în poziție -duceri -doborâri -aruncări peste umeri		15	15	30
		Total:		30	60	90
						180
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Strategii didactice					
	<p>Disciplina „BTPSA-I” (lupte) se formează în baza pregătirii specialiștilor în antrenamentul sportiv de înaltă calificare pentru școlile și cluburile sportive din țară.</p> <p>Scopul disciplinei este acumularea unor cunoștințe legate de metodică învățării de procedee tehnice, noțiuni de terminologie și regulament. Însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice luptelor sportive precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare. Metodică învățării acțiunilor tehnice pe părți și integru.</p> <p>1. Mijloacele. Formarea priceperilor și deprinderilor vizează următoarele mijloace: exerciții psihomotrice, speciale, elemente tehnice din lupta sportivă, teste de control și evaluare.</p> <p>2. Metode de predare-învățare (de formare a competențelor): expunerea orală, demonstrarea, conversarea, învățarea în echipă, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea, jocuri didactice.</p> <p>Cunoștințele teoretice incluse în curriculum cu scopul să se formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale sunt obligatorii, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării în mod individual și conștient.</p> <p>3. Forme de manifestare. Curriculumul, prin conținutul temelor include metode noi dar și deja cunoscute și implimentate în antrenamentul sportiv. Asemeni dezvoltarea abilităților fizice la diverse vârste a sportivilor. Recomandări în autoevaluarea și autocontrolul psihomotric după suprasolicitări.</p>					
Strategii de evaluare	Strategii de evaluare standardizate					
	<p>Tipuri de evaluare a subcompetențelor.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Subcompetențe cognitive-pregătirea teoretică: (de cunoaștere). <ol style="list-style-type: none"> a) Competențe cheie ale disciplinei: BTPSA-I. b) Stările psihoemoționale stresante la concurs. c) Tactica de conducere a luptei. Prizele interzise în timpul luptei. 2. Subcompetențe psihomotrice- priceperi și deprinderi. <ol style="list-style-type: none"> a) priceperile executării de fixare a prizelor Itemii pentru examen. a) teoretice: <ol style="list-style-type: none"> 1. Elaborarea proiectului didactic cu sarcinile specifice părții pregătitoare a lecției de antrenament cu grupele de începători . 2. Calitățile motrice și formele de manifestare cu contingentul grupelor de începători în proba de sport practică. 3. Contribuția jocurilor specializate la formarea motivațiilor pozitive și personalității elevilor. 4. Strategia procesului de selecție, vârsta optimă de selecție. 5. Particularitățile morfo-funcționale a sportivilor de vîrsta pubertană. b) practic: <ol style="list-style-type: none"> 1. Alcătuirea unui complex de EDFG, un complex de exerciții specifice probei sportive practicate, complex de exerciții acrobatice, 3-4 jocuri pregătitoare specializate. 2. demonstrarea elementelor tehnice învățate cu un partener care nu opune rezistență. 3. Îndeplinirea normelor de control conform evaluării curente. 4. Mecuri de instruire cu desfășurarea procedeele învățate. 5. Participarea la competiții în cadrul grupei cursului instituției. c) lucrul individual 					

1. Studiu după manual separat de curs, bibliografie.
2. Documente necesare în bibliotecă.
3. Pregătirea referatelor, teme.
4. Examinări alte activități.

Evaluarea curentă se efectuează prin verificări curente sistematice pe parcursul programului de instruire, pe secvențe mai mici (pot fi compartimente), având drept scop cunoașterea gradului de instruire de către studenți a materiei predate pe parcursul semestrului și se finalizează cu note.

Notele sunt acordate pentru nivelul de execuție tehnico-tactică a procedeele tehnice învățate. Prin evaluarea curentă se monitorizează procesul de formare a competențelor profesionale a viitorilor specialiști. În așa fel, evaluarea curentă constată rezultatele activității de formare profesională atât prin activitățile din sala de lupte, cât și prin lucrul individual.

Criteriile de evaluare:

- Executarea corectă a elementelor și procedeele tehnice pentru proba aleasa practicata.
- Oformarea corectă a referatelor conform temelor acordate, proiectul didactic pentru desfășurarea părții pregătitoare.
- Punerea în practică în timpul luptei a elementelor și procedeele tehnice.
- Îndeplinirea baremului conform normelor de control pentru pregătirea fizică în dependență de categoria de greutate a fiecărui student.
- Atitudinea studentului față de disciplină (frecvența la ore, participarea la activități competiționale sportive, programe demonstrative, activități științifice ș.a.).

**Pentru lecțiile practico-metodice la studenții an. I-, disciplina:
Bazele Tehnice Probei Sportive Alese – I (lupte)**

Teoretice

1. Prezentarea portofoliului cu temele de curs.
2. Prezentarea referatului cu tema repartizată.
3. Informarea grupei cu tema din referat pregătit.
4. Activitatea în cadrul seminarilor.

Practice

1. Lăsări în podeț de sine stătător sau cu asigurare de către partener.
2. Piruiete în jurul capului.
3. Ridicarea concomitent al trunchiului și picioarelor din poziția culcat dorsal.
4. Ridicarea în brațe la bara fixă.
5. Flotări (fete)
6. rostogolire înainte + alergare de suveică (3x10m)
7. Demonstrarea procedeele tehnice din poziție, la sol (denumirea corecta a procedeeleului).

Evaluarea finală (sumativă) are funcția de bilanț și se realizează la încheierea studiului disciplinei cu examen. Rezultatele evaluării finale se exprimă în note conform scalei de notare, iar nota minimă de promovare este nota 5.

Numărul creditelor academice este determinat de Planul de învățământ și constată realizarea integrală a volumului de studiu pretins studentului care demonstrează prezența anumitor competențe. Nota finală la disciplină însumează rezultatul evaluării curente (nota medie pe semestru) și nota obținută la examen.

Admiterea la examen prevede prezența la ore de 70-80%, acumularea minimum a 50% a notelor la teste practice (evaluarea curentă) și obținerea notei pe semestru. Studentul care la evaluarea curentă (nota pe semestru) are nota mai mică de „5” nu este admis la evaluarea finală (examen).

Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%

Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bompă, T.O., - Teoria și metodologia antrenamentului – periodizarea, Editura Ex Ponto, 2002. 2. Dragnea A.B., Teoria activităților motrice. 1999. 3. Epuran Mihai Modelarea conduitei sportive, Editura Sport-Turism, București. 1995. 4. Radu N.B., Pregătirea psihologică a luptătorilor. 2000. 5. Roman, Gheorghe, Batali Cristian. Antrenamentul sportiv- teorie și metodică, Editura Napoca Star, Cluj. 2007. 6. V. Gojina, O.Malcova, Teoreticeschie osnovi tactichi v sportivnih edinoborstvah. Moscova. 2008. 7. V. Gojina, O.Malcova, Tehnica și tactica luptei sportive. Moscova, 2005. 8. V. Manolachi, Sporturi de lupte-teorie și metodică. Chișinău. 2003

Data completării: 01.09.2021

**Dercacenco Ivan
Gîlcă Maxim
Gurin Serghei**



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Bazele tehnicii probei sportive alese I BTPSA – I (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Diacenco Eugenia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O.14	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Bazele tehnicii probei sportive alese I (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Antrenament sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Scopul programei curriculare la disciplina „Bazele tehnicii probei sportive alese I” constă în obținerea de către studenți a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor necesare pentru activitatea profesional-pedagogică, de antrenorat și organizațională la instruirea înotului în masă, precum și la pregătirea sportivilor cu diferită calificare în cadrul instituțiilor de educație fizică și sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza bazele tehnicii înotului sportiv, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul școlilor și						

	<p>cluburilor sportive specializate;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea bazelor tehnicii înotului sportiv, teoriei și metodicii antrenamentului sportiv, și a sistemului de pregătire a înotătorilor care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Bazele tehnicii probei sportive alese I” este planificată în an I, sem. II, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiei de analiză a biomecanicii și hidrodinamicii înotului sportiv; • Cunoașterea metodologiei de antrenament sportiv privind învățarea și perfecționarea tehnicii înotului, starturilor și întoarcerilor; • Abilitatea de a selecta și de a implementa abordările științifice moderne în tehnica stilurilor de înot, starturilor și întoarcerilor; • Gândirea constructivistă privind diversitatea modalităților de selectare, planificare, organizare și de desfășurare a testelor pentru evaluarea nivelului de pregătire tehnică a sportivilor; • Abilitatea de aplicare a diverselor forme, metode și mijloace pentru învățarea și perfecționarea tehnicii înotului sportiv, starturilor și întoarcerilor; • Valorificarea sistematică a celor mai noi informații și cultivarea unui mediu științifico-metodic pentru asigurarea eficienței a procesului de antrenament; • Posedarea și utilizarea terminologiei specifice; • Proiectarea și elaborarea programelor de antrenament; • Implementarea tehnologiilor informaționale; • Manifestarea atitudinilor responsabile față de procesul de antrenament sportiv; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul natației; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației. • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- Cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei BTPSA I;
- Să definească, să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei de studii natație (instructor de înot, sportiv, antrenor de înot)
- Să identifice funcțiile principale ale antrenorului și instructorului de înot;
- Să argumenteze strategiile de promovare a tehnicii moderne de înot;
- Să identifice criteriile diferitor feluri de mișcări tehnice ale înotului sportiv;
- Să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- Să comunice și să acționeze eficient la manifestarea și demonstrarea tehnicii procedeele sportive de înot;
- Să aplice cunoștințe, capacitățile acumulate în activitatea antrenorului de înot;
- Să utilizeze formele de comunicare didactică în cadrul orelor practico – metodice;
- Să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire.

La nivel de integrare:

- Să-și autoevalueze nivelul pregătirii teoretice, metodice și de pregătire tehnică sportivă;
- Să-și verifice nivelul de integrare în procesul de învățare și perfecționare a procedeele de înot;
- Să determine rolul și funcțiile instructorului și a antrenorului de înot;
- Să alcătuiască o programă de depistarea și lichidarea greșelilor apărute în urma studierii procedeele de înot;
- Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament;
- Să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	LP	LI
1.	Structura și conținutul curriculei BTPSA I, specializarea înotul.	4	2		2
2.	Proprietățile fizice ale apei.	4	2		2
3.	Dinamica parametrilor morfo-funcționali și hidrodinamici în natație.	8	4		4
4.	Bazele tehnicii înotului sportiv.	12	6		6
5.	Tehnica înotului craul pe piept și craul pe spate.	12	6		6
6.	Tehnica înotului bras și fluture.	12	6		6
7.	Tehnica starturilor de pe blocul de start, din apă. Tehnica întoarcerilor în procedeele sportive la înot.	8	4		4
8.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, craul pe spate.	8		2	2
9.	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe craul pe piept.	4		4	4
10.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept (în coordonare cu respirația și fără).	4		2	2
11.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept. Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe craul pe spate.	8		4	4
12.	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul fluture.	8		4	4
13.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe piept și craul pe spate.	4		2	2
14.	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	8		4	4

	15.	Învățarea și perfecționarea tehnicii procedeelelor craul pe piept, pe spate, fluture.	8		4	4
	16.	Folosirea jocurilor și distracțiilor pentru învățarea înotului.	4		2	2
	17.	Învățarea și perfecționarea coordonării mișcărilor de brațe, picioare, respirație la procedeele fluture, craul pe piept și spate. Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras în coordonare cu respirația și fără.	8		4	4
	18.	Învățarea continuă a tehnicii mișcărilor de brațe bras. Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	8		4	4
	19.	Perfecționarea tehnicii înotului bras și fluture.	4		2	2
	20.	Învățarea și perfecționarea tehnicii întoarcerilor în procedeele craul pe spate.	4		2	2
	21.	Metodica învățării tehnicii procedeelelor sportive de înot și perfecționarea ei.	4		2	2
	22.	Învățarea și perfecționarea tehnicii întoarcerii în procedeele fluture și bras.	8		4	4
	23.	Învățarea și perfecționarea tehnicii startului de pe blocul de start și din apă.	4		2	2
	24.	Învățarea și perfecționarea tehnicii înotului mixt cu executarea corectă a întoarcerilor.	4		2	2
	25.	Învățarea succesiunii parcurgerii ștafetei mixte și ștafetei de stil liber la distanța de 4x50 m – mixt; 4x100 m – stil liber.	8		4	4
	26.	Perfecționarea tehnicii procedeelelor sportive de înot și a înotului mixt.	8		4	4
	27.	Perfecționarea procedeelelor sportive.	4		2	2
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, normative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	<p>studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
<p>Stabilirea notelor finale (ponderea exprimată în %)</p>	Notafinală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota de evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea de prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrului individual	20%
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1 3. Maglischo E.W. - Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003. 4. Rîșneac, B., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5. 5. Анатомия плавания [пер. с англ. С.Э. Борич]. – Минск: «Попурри», 2011. – 200 с.: ил. ISBN 978-985-15-1219-1 6. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 7. Булгакова Н. Ж.– Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 8. Булгакова Н. Ж. Теория и методика плавания: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. Центр «Академия», 2014. 9. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. – М., 1996. 10. Водные виды спорта - : Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр «Академия», 2003. 11. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. - М.: СпортАкадемПресс, 2002. 12. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 13. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9 14. Люссеро Б. – Плавание: 100 лучших упражнений. – М.: Эксмо, 2010. 15. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 16. Нечунаев И.П. Плавание. Книга - тренер. – М.- Издательство: Эксмо Формат, 2012. 17. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5 18. Плавание. Библия тренера [пер. с англ. Кононова Е.]. – Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. ISBN 978-5-699-67859-4 19. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997. 20. Платонов В.Н. –Плавание.- Киев: Олимпийская литература, 2000. 21. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012 	

	<p>22. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. – Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000.</p> <p>23. Платонов В.Н., Гуськов С.И. – Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физ. воспитания и спорта. – К.: Олимпийская литература, 1994. – Кн.1. К.: Олимпийская литература, 1997. – Кн. 2.</p> <p>24. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания [пер. с англ. И.Ю. Марченко] – Москва: Евро – Менеджмент, 2015. – 268 с. ISBN 978-5-9907294-1-4</p> <p>25. Таормина Ш. Секреты быстрого плавания для пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 176 с. ISBN 978-5-91657-711-2</p> <p>26. Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич.пособие). - М.: "Симилия", 2006. - 132 с. ISBN 5-86731-035-3</p> <p>27. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Diacenco Eugenia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese – I BTPSA – I, (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O. 14	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „<i>Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese - I</i>” (<i>gimnastica ritmică</i>) este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ.</i></p>						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a gimnasticii ritmice, în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi. • obiective cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea bazelor tehnicii probei sportive-gimnasticii ritmice, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijare și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea metodologiilor de analiză a bazelor tehnicii gimnasticii ritmice sistemelor de pregătire tehnică la gimnastică ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament în gimnastica ritmică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei gimnasticii ritmice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.
<p>Finalități și</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul bazelor tehnicii a gimnasticii ritmice;

performanțe la curs/modul	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază a exercițiilor fără obiect și cu obiect în gimnastica ritmică; ▪ să caracterizeze exercițiile specifice și de bază în gimnastica ritmică; ▪ să caracterizeze particularitățile pregătirii coregrafice în gimnastica ritmică; ▪ să aplice regulile instruirii exercițiilor fără obiecte cu obiecte în gimnastica ritmică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze un complex din 16 exerciții de pregătire fizică generală; ▪ să elaboreze un complex din 16 exerciții de pregătire fizică specială; ▪ să modeleze un complex de 8 exerciții de coregrafie sportivă pentru gimnastica ritmică; ▪ să alcătuiască un exercițiu la 8 timpi pentru dezvoltarea coordonării mișcărilor și un exercițiu la 8 timpi pentru dezvoltarea simțului ritmului; ▪ să modeleze tehnica instruirii exercițiului specific „val”; ▪ să modeleze tehnica instruirii exercițiului de bază piruetei la 360° la „passe ”; ▪ să elaboreze combinația de dans la 16 timpi pentru compoziția fără obiect. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura bazele tehnicii exercițiilor de gimnastică; ▪ să îmbine bazele tehnicii probei sportive alese în procesul de pregătire a diverselor sportivi; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a gimnastelor ce practică gimnastica ritmică; ▪ să respecte particularitățile pregătirii tehnice acestui gen de sport. ▪ manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de bazele tehnicii probei sportive alese; ▪ să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei Bazelor tehnicii probei sportive alese (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor.
----------------------------------	---

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Caracteristica generală a sistemii de pregătire sportivă în gimnastica ritmică <ul style="list-style-type: none"> • Scopul, obiectivele, componente și conținutul pregătirii sportive: tipuri de pregătire sportivă în gimnastica ritmică. • Mijloacele pregătirii sportive în gimnastica ritmică. • Principiile pregătirii sportive în gimnastica ritmică. Metodele pregătirii sportive în gimnastica ritmică. 	36	8	10	18
	2	Bazele pregătirii sportive în gimnastica ritmică <ul style="list-style-type: none"> • Tipuri de pregătire în gimnastica ritmică: <ul style="list-style-type: none"> - pregătire fizică generală; - pregătire fizică specială; - pregătire motrică specială; - pregătire funcțională; - pregătire de refacere și reabilitară. 	36	6	12	18
	3	Bazele pregătirii coregrafice sportive în gimnastica ritmică	24	4	8	12

	<ul style="list-style-type: none"> • Caracteristica generală și particularitățile pregătirii coregrafice în gimnastica ritmică. • Structura unei lecții clasice de coregrafie. Teoria desfășurării lecției coregrafice sportive în gimnastica ritmică. 				
	<p>4 Bazele teoriei elementare a muzicii în activitățile motrice a viitorului antrenor de gimnastică ritmică.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pregătire muzical motrică a viitorului antrenor de gimnastică ritmică: <ul style="list-style-type: none"> - conținutul pregătirii muzical motrice; - proprietățile sunetului muzical; - ritmul și tempoul muzical; - notele muzicale; - coordonarea mișcărilor. 	16	4	4	8
	<p>5 Bazele pregătirii tehnice a executării exercițiilor de gimnastica ritmică.</p> <p>Caracteristica generală a pregătirii tehnice în gimnastica ritmică.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Scopul și obiectivele pregătirii tehnice. • Compartimentele și componentele pregătirii tehnice. • Structura și conținutul pregătirii tehnice. • Conținutul noțiunii „tehnica sportivă” 	68	8	26	34
	Total :	180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi</p>				

	<p>activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>										
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="535 730 1295 772">Nota finală</td> <td data-bbox="1295 730 1588 772">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="535 772 1295 814">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1295 772 1588 814">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="535 814 1295 856">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1295 814 1588 856">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="535 856 1295 898">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1295 856 1588 898">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="535 898 1295 926">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1295 898 1588 926">20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%
Nota finală	100%										
Nota pentru evaluarea finală	40%										
Nota evaluarea curentă	20%										
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%										
Nota lucrul individual	20%										
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Educația ritmică muzicală”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2001. 2. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2002. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 4. Крайждан, О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 5. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с. 6. Ротерс, Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие/ Т.Т. Ротерс. Москва: Просвещение, 1989. 6-8 с. 										

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese - I BTPSA – I (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O. 14	Anul	I	Semestrul	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese – I,, (gimnastica ritmică) este o componentă indispensabilă a planului de studii pentru pregătirea studenților la Specialitatea „1000.1 Antrenament sportiv”. Ea se axează pe formarea competențelor necesare pentru pregătirea specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv în gimnastică artistică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar este elaborat în conformitate cu prevederile planului-cadru pentru studii superioare (ciclul I) și se axează pe standardele educative contemporane, realizarea cărora garantează formarea competențelor profesionale de cea mai înaltă calitate.</p> <p>Astfel, obiectivele rezolvate în cadrul cursului/modulului vizează cu prioritate scopul planului de învățământ la programul Antrenament sportiv, care prevede pregătirea profesională a specialiștilor în tendințele contemporane ale dezvoltării</p>						

	<p>domeniului Științe ale sportului pe plan național și internațional.</p> <p>Obiectivele-cheie realizate la disciplina Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese – I sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizarea activității instructiv-educative și de formare a specialiștilor cu un nivel înalt de pregătire în teoria și practica probei de gimnastică artistică care corespunde cu standardele de excelență naționale și internaționale. - crearea unui sistem bine corelat de dezvoltare profesională a specialistului în domeniul gimnasticii artistice prin posedarea unui vast potențial pentru formarea capacităților socio-psiho-motrice, a atitudinilor de autoafirmare, autoevaluare și de orientare valorică a personalității. - formarea deprinderilor teoretico-științifice și psihomotrice a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de cunoștințe, competențe și motivații. <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>Programul este conceput pe durata unui semestru la an. I de studii, sem. II, înglobează 180 ore, ceea ce corespunde cu 6 credite. Disciplina este deschisă spre contemporanitate, spre tendințele dezvoltării domeniului științe ale sportului, a specialității Antrenament sportiv pe plan național și internațional.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea adecvată a teoriilor și rezultatelor cercetărilor relevante în domeniul antrenamentului sportiv în proba de gimnastică artistică, recomandate pentru implementarea în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică artistică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea proiectelor didactice de lungă și de scurtă durată, a planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijare și coordonare a antrenamentului de gimnastică artistică corelând competențe, conținuturi, strategii și tehnologii didactice cu necesitățile fiecărui student. • Dezvoltarea competențelor digitale pentru analiza și cercetarea metodologiilor de predare-învățare-evaluare a bazelor tehnicii, strategiei și sistemelor de pregătire tehnică în proba de gimnastică artistică. • Asigurarea competențelor de proiectare a unor activități prin analiză și gândire critică având drept scop interpretarea și dezvoltarea strategiilor bazate pe utilizarea metodelor inovatoare apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii exercițiilor în gimnastica artistică; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre creativitate, motivație, munca în echipă, etc. în scopul autodezvoltării continue și dezvoltării complexe a antrenorului de gimnastica artistică. • Dezvoltarea abilităților și practicilor de cercetare, de formulare de întrebări privind gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul probei de gimnastică artistică; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică artistică. • Asigurarea cu cunoștințe despre sănătate și bunăstare, inclusiv despre nutriție, alimentație, mișcare și sănătatea și siguranța publică prin prisma antrenamentelor la gimnastica artistică.
	<p>La finalizarea studiilor studentul va obține următoarele competențe:</p> <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p>

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul bazelor tehnicii gimnasticii artistice. ▪ să definească conceptele de bază ale exercițiilor din poliathlonul de gimnastică artistică feminină și masculină; ▪ să caracterizeze elementele staticii și dinamicii ale exercițiilor de gimnastică artistică; ▪ să caracterizeze biomecanica aparatului locomotor al gimnastului în proba de gimnastică artistică; ▪ să aplice legitățile de bază ale biodinamicii aparatului neuromuscular al gimnastului la instruirea exercițiilor în gimnastica artistică. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine varietățile de echilibru fizic și factorii principali ai stabilității aparatului locomotor în gimnastica artistică; ▪ să stabilească cinematica mișcărilor de deplasare și de rotație din proba de gimnastică artistică. ▪ să stabilească axele de rotație în gimnastică și să modeleze tehnica exercițiilor executate în jurul fiecărei axe. ▪ să caracterizeze grupele de forțe interne și externe. ▪ Să explice cum acționează mecanismul împingerilor. ▪ Să stabilească formele de interacțiune cu sprijinul la aterizare. ▪ Să generalizeze elementele dinamicii exercițiilor de gimnastică și legitățile mișcărilor. ▪ Să aprecieze tipul lanțului cinematic și să argumenteze cu exemple concrete. ▪ Să poată opera cu legitățile de bază ale biodinamicii mușchilor. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura bazelor tehnicii exercițiilor de gimnastică; ▪ să îmbine bazele tehnicii probei sportive alese în procesul de pregătire a sportivilor din diverse probe gimnice. ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a gimnaștilor ce practică gimnastica artistică; ▪ să respecte particularitățile pregătirii tehnice acestui gen de sport. ▪ manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina Bazele tehnicii probei sportive alese I; ▪ să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei Bazelor tehnicii probei sportive alese I (gimnastica artistică) în procesul pregătirii gimnaștilor. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Lecție introductivă: noțiuni generale privind tehnica exercițiilor de gimnastică	4	2		2
	2 2.1. 2.2. 2.3. 2.4.	Elementele staticii și cinematicii ale exercițiilor de gimnastică artistică Exercițiile de gimnastică ca acțiune – mișcare artificială. Stabilitatea și balansarea. Cinematica exercițiilor de gimnastică. Caracteristicile cinematice de bază ale mișcărilor. Mișcarea de deplasare. Mișcări cu caracter complex și de rotație.	48	8	16	24
	3	Elementele dinamicii și interacțiunile forțelor exercițiilor de gimnastică.	40	6	14	20

	3.1.	Interacțiunile segmentelor corporale.				
	3.2.	Mecanismul respingerilor și structura lor. Schimbarea efectului împingerii în timp. Aterizarea ca formă de interacțiune cu sprijinul. Inerția și formele de inerție.				
	4.	Elementele dinamicii și legitățile mișcărilor.	48	8	16	24
	4.1.	Lucrul, puterea și energia mișcărilor. Legea păstrării momentului cinetic.				
	4.2.	Elementele mecanicii întoarcerilor în jurul axei longitudinale.				
	4.3.	Întoarceri și împingeri cu acțiuni tip „hula-hup” și cu acțiuni simetrice. Tehnica mixtă a întoarcerilor.				
	5.	Elementele dinamicii ale aparatului locomotor.	40	6	14	20
	5.1.	Corpul gimnastului ca lanț cinematic. Pozițiile de lucru pe aparate.				
	5.2.	Lucrul aparatului locomotor și neuro-muscular al gimnastului. Legitățile de bază ale biodinamicii mișcărilor și reglării activității motrice.				
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, de laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte, pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportunității a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p>					

	3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin câteva subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013.</p> <p>2. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciiov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332.</p> <p>3. Grimalschi T., Baci Gh. Protecția muncii în educația fizică și sport, Chișinău: Universitas, 1999. 78 p.</p> <p>2. Grimalschi T. Curs universitar de gimnastică //Ghid metodologic, Chișinău: Universitas, 1999. 86 p.</p> <p>3. Grimalschi T. Tehnologia proiectării obiectivelor pedagogice în contextul învățământului curricular, Chișinău: Reclama, 2005. 20 p.</p> <p>4. Filipenco E., Buftea V. Gimnastica. Bazele tehnicii probei sportive alese – BTPSA I. Curs universitar pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 112 p. ISBN 978-9975-68-288-6.</p> <p>5. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1.</p> <p style="text-align: center;">◆◆◆</p> <p>6. Гимнастическое многоборье. Женские виды. Под. ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1986. 336с.</p> <p>7. Гимнастическое многоборье. Мужские виды. Под. Ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1987. 480 с.</p> <p>8. Палыга В.Д. Гимнастика. Учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов по спец. № 2114. Физическое воспитание, М.: Просвещение, 1982. 288 с.</p> <p>9. Спортивная гимнастика. Под. общ. ред. Ю.К. Гавердовского и В.М. Смолевского, М.: Физкультура и спорт, 1979. 327 с.</p> <p>10. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		BAZELE TEHNICII PROBEI SPORTIVE ALESE I (BTPSA-I), atletism					
Titularul cursului		Scripcenco Constantin, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O. 14	Anul	I	Semestru I	2
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	20	10	60	90	
Nota de prezentare	<p>Cursul „BTPSA – I,, (atletism) are menirea de a instrui la studenți tehnica probelor atletice și de a-i înarma cu un complex de cunoștințe, priceperi și deprinderi pedagogice, ceea ce va da posibilitatea ca aceștia să cunoască bazele teoretice și practice ale atletismului.</p> <p>Dat fiind faptul ca acest curs este o disciplină pedagogică sportivă de bază pentru specializarea „Educație fizică și sport”, studenții specializați vor studia în detaliu tehnica probelor atletice, structura biomecanică a acestora și calitățile motrice care preponderent determină performanța.</p> <p>Materialul de studiu se va preda pe durata a două semestre, cu un volum total de 180 ore.</p> <p>În semestrul I, cu un volum de 90 de ore, dintre care 30 de ore teoretice și 10 ore de seminar, se va studia tehnica următoarelor probe atletice:</p> <ul style="list-style-type: none">- marșul sportiv;- alergările de viteză și ștafetă;						

	<ul style="list-style-type: none"> - săritura în lungime; - alergările de rezistență pe pistă; - aruncarea greutății și suliței; <p>La orele teoretice, studenților li se vor preda bazele tehnicii probelor atletice, istoria apariției și dezvoltării atletismului în lume și în Moldova, clasificarea probelor atletice și evoluția tehnicii probelor.</p> <p>La orele practico-metodice, studenții vor însuși tehnica probelor atletice și își vor perfecționa calitățile motrice specifice acestora, pentru a fi apti să susțină normele de control ce definesc nivelul pregătirii motrice și tehnice.</p> <p>La sfârșitul semestrului, studentul va fi obligat să susțină normele de control ale pregătirii fizice și tehnice la probele studiate.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Formarea și consolidarea unui sistem de cunoștințe practice și teoretice (igienice, fiziologice, didactice, metodice, tehnice, organizatorice) din domeniul atletismului, în concordanță cu sarcinile generale ale învățământului superior de educație fizică;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor, teoriilor specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale atletismului; • Dezvoltarea nivelului general de motricitate și însușirea elementelor tehnicii de bază, prin practicarea probelor atletice; • Formarea unor concepte și valori fundamentale privind activitatea motrice și influența anatomo-fiziologică a acesteia asupra organismului uman ; • Îmbunătățirea continuă a stării de sănătate, a nivelului pregătirii motrice, psihice, precum și a dezvoltării corporale armonioase; • Aplicarea deprinderilor motrice și a procedurilor tehnice de bază în acțiuni motrice complexe și forme adaptate de concurs; • Să utilizeze adecvat terminologia atletismului în concordanță cu cerințele viitoarei profesii; • Să însușească conceptele și noțiunile tehnice specifice Atletismului. • Să cunoască și să-și însușească corect tehnica în probele de alergări, sărituri și aruncări; • Să cunoască și să aplice mijloacele atletismului în vederea îndeplinirii obiectivelor instructiv-educative prevăzute de curriculum; • Să asigure un bagaj optim de cunoștințe practice și metodice pentru practicarea atletismului, cu posibilitate de transfer în activitatea independentă și de loisir. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p style="text-align: center;">Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre tehnica exercițiilor atletice, în scopul satisfacerii nevoilor și acționării, pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p style="text-align: center;">Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/de stat în situații reale ale vieții, pe teme ce țin de domeniul atletismului. • Competențe de a comunica într-un stil științific argumentat pe probleme referitoare la bazele teoretice și metodologice ale atletismului, ca disciplină de studiu. <p style="text-align: center;">Competențe de comunicare într-o limbă străină</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții, pe probleme ce reflectă materia de studiu la atletism. <p style="text-align: center;">Competențe acțional-strategice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din domeniul atletismului. • Competențe de a acționa autonom și creative, în diferite situații de viață, pentru ași fortifica starea de sănătate prin aplicarea exercițiilor atletice în activitatea motrice cotidiană.

	<p style="text-align: center;">Competențe digitale în domeniul tehnologiilor informaționale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele tehnologiilor informaționale • Competențe de a crea documente în domeniul informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua internet, în situații reale. <p style="text-align: center;">Competențe interpersonale, civice, morale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în echipă, de a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile semenilor săi. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa, în diferite situații, în baza normelor și valorilor moral-spirituale. <p style="text-align: center;">Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității sale în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod de viață sănătos. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. <p style="text-align: center;">Competențe culturale și interculturale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii, în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 																
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Să cunoască obiectul și principalele probleme ale teoriei și metodicii atletismului; - să definească, să analizeze și să explice noțiunile și definițiile de bază ale disciplinei de studii BTPSA-I (atletism, exercițiu athletic, mișcare ciclică, structurare a atletismului, tehnică, evoluție a probelor atletice); - să identifice sarcinile de bază ale cursului; - să identifice și să analizeze etapele evoluției diferitelor probe atletice; - să cunoască istoria apariției și dezvoltării atletismului; - să cunoască bazele tehnicii probelor de alergări, marș sportiv, sărituri și aruncări; <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine rolul și funcțiile atletismului, ca factor de fortificare a sănătății și socializare a oamenilor; - să aplice cunoștințele și competențele acumulate în activitatea practică de lucru cu diferite contingente de persoane; - să elaboreze unele studii asupra evoluției atletismului internațional și moldovenesc; - Să alcătuiască palmaresul unor atleți moldoveni sau străini; - Să realizeze unele studii istorice ale probelor de atletism. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul atletismului; - să explice esența și structura activității motrice, prin prisma tehnicii probelor de atletism; - să comunice și să acționeze eficient în procesul promovării imaginii atletismului în rândul populației și viitorilor practicanți/specialiști în domeniul atletismului. 																
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 10%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 60%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 30%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">LP</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Clasificarea probelor atletice.</td> <td style="text-align: center;">7</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td></td> <td style="text-align: center;">4</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	LP	LI	1	Clasificarea probelor atletice.	7	2		4
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore													
		Total	Curs	LP	LI												
1	Clasificarea probelor atletice.	7	2		4												

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	2	Bazele tehnicii probelor de alergări și marș	13	3	2	7
	3	Bazele tehnicii probelor de sărituri	14	4	4	7
	4	Bazele tehnicii probelor de aruncări	14	4	4	7
	5	Evoluția tehnicii probelor atletice	8	3		4
	6	Istoria apariției și dezvoltării atletismului în lume și în Moldova	12	4	2	6
	7	Instruirea tehnicii marșului sportiv	9		5	4
	8	Instruirea tehnicii alergării de viteză	17		9	8
	9	Instruirea tehnicii alergării de ștafetă	15		7	8
	10	Instruirea tehnicii săriturii în lungime	19		9	10
	11	Instruirea tehnicii alergării de semifond și fond	17		9	8
	12	Instruirea tehnicii aruncării greutății	18		9	9
	13	Instruirea tehnicii aruncării suliței	17		9	8
	Total		180	20	70	90
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile</p>					

	<p>practic și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aruncări. Probe combinate /Antrenorul federal de atletism, vol. III, CCPS, București, 1995. 206 p. 2. Atletism, ieri, azi, mâine. Bazele științifice ale antrenamentului sportiv, vol. XI, București, 1977, p.108-182. 3. Atletism. Prelegeri. Curs specializare (anul IV), sub redacția lui D.C. Alexandrescu, București, 1991. 243 p. 4. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p. 5. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p. 6. Diaconescu Dan Silviu. Metodica predării tehnicii în probele atletice. Ager, 2003. 140p. 7. Dragnea Adrian. Teoria antrenamentului sportiv, București, IEFS, 1990. 244 p. 8. Gârleanu D., Firea V. Exerciții și jocuri pentru pregătirea atleților, București, I.P. Oltenia”. 199 p. 9. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport–turism. 231 p. 10. Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p. 11. Muraru Anton. Ghidul antrenorului, volumele I-III, București, 2005, 399 p. 12. Nicu Alexe. Antrenamentul sportiv modern. – București, Editis, 1993, p. 310-393. 13. Regulament. Manualul 2002 – 2003 (traducere), București, 2002. 241 p. 14. Бевзюк В.С., Куцегуб С.И. Легкая атлетика (учебное пособие).-Херсон, 2004. 152 с. 15. Бондарчук А. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. – М.: Олимпия Пресс, 2007. 272 с. 16. Железняк Ю.Д., Максименко Г.Н. Спортивно-педагогическое совершенствование /Программы педагогических институтов. – М., 1985. 42 с. 17. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд. Перераб. и доп. – М.: Академия, 2005. 272 с. 18. Лимарь Л.П. Легкая атлетика для юношей. М.: ФиС. 1969, 223 с. 19. Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ. /Под ред. О.В. Колодня, Е.М. Лутковского, В.В. Ухова. М.: Ф и С. 1985, 271 с. 	

	<p>20. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – Изд. 4-е, доп., перераб. М.: Ф и С. 1989, 671 с.</p> <p>21. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2006-2007. – М.: Terra-Спорт, Олимпия пресс, 2006, 144 с.</p> <p>22. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф.; М.: Ф и С, 1976, 200 с.</p> <p>23. Особенности обучения видам легкой атлетики в условиях институтов физической культуры. Сборник научных трудов. Л.: изд. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1986, 98 с.</p> <p>24. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2002, 208 с.</p> <p>25. Попов В.Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2006, 224 с.</p> <p>26. Степанова М., Степанов В. Барьерный бег на 400 м. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2002, 176 с.</p> <p>27. Судейство соревнований по легкой атлетике. Справочник. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2004, 272с.,ил.(Библиотека легкоатлета).</p> <p>28. Прыжки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров», уровень I/II. / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005, 187 с.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Scripcenco Constantin



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova

str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024

www.usefs.md

tel.: 0/22/ 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL II Semestrul 3

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Fiziologia umană					
Titularul cursului		Gîrlea Natalia, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O.15	Anul	II	Semestrul	3
Nr.credite	5	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F - componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- medicinasportiva @mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	45	-	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Fiziologia umană” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul „Antrenament Sportiv”, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Fiziologia umană, este o disciplină medico-biologică, studiarea căreia la etapa universitară va asigura studenții cu un complex de informații fundamentale despre reglarea și mecanismele de funcționare normală a organismului. Cursul este structurat astfel încât funcțiile sunt studiate în etape, caracterizate prin creșterea gradului de complexitate al informației și debutează cu abordarea unor variate aspecte ale fiziologiei , incluzând structura și funcțiile eforturilor fizice asupra stării funcționale a sistemului motric și vegetative.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <p><i>Obiectivul general:</i> Prin parcurgerea cursurilor și lucrărilor practice, studenții vor dobândi cunoștințe legate de funcțiile normale ale organismului uman și vor fi capabili</p>						

	<p>să înțeleagă în manieră integrativă procesele fiziologice, de la celulă la organism, căpătând astfel o bază solidă pentru științele medico-biologice.</p> <p><i>Obiective specifice:</i> pregătirea teoretică a studenților pentru a putea asimila cunoștințe, prin informații sistematizate privind fenomenele de integrare funcțională, de la celulă la organism;</p> <ul style="list-style-type: none"> - ilustrarea unor noțiuni teoretice în cadrul lucrărilor practice prin prezentarea demonstrativă a unor experimente clasice (video) și diverse simulări computerizate (predominant interactive); - dobândirea de către studenți a unor deprinderi practice privind executarea corectă a unor manevre, pe baza rigurozității procedurilor, dar și a înțelegerii aspectelor explorate; <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să identifice tendințele moderne de cercetare în domeniul fiziologiei umane; • să identifice mecanismele de reglare a sistemelor de organe; • să evalueze interacțiunea organismului cu factorii mediului înconjurător; • să identifice indicele de bază a homeostazei; • să clasifice particularitățile de activitate a sistemelor fiziologice în diverse condiții; • să stabilească tehnici eficiente de analiză, sinteză, și valorificare a informației din domeniul fiziologiei; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • lucru în echipă. • bazele unei atitudini integrative față de cunoștințele și deprinderile dobândite. • să cunoască, să respecte și să contribuie la dezvoltarea valorilor morale și a eticii profesionale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să acumuleze informații asupra funcționării normale a organismului, urmând ca pe acest substrat să fie adăugate cunoștințe fundamentale din fiziopatologie, medicină sportivă, igienă și să cunoască constantele fiziologice, variațiile de vârstă a acestora în corelație cu noile evoluții în cadrul științelor medico-biologice; - Să dezvolte deprinderi în înregistrarea, măsurarea și interpretarea datelor pentru expunerea verbală și în scris a constatărilor proprii și aprecierea variațiilor biologice și individuale; - Să înțeleagă importanța mecanismelor de reglare a funcțiilor fiziologice în coordonarea organelor și a sistemelor separate pentru activitatea normală a întregului organism; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să înregistreze și analizeze parametrii diferitor probe funcțional-instrumentale (măsurarea presiunii arteriale, electrocardiograma, spirometria, determinarea oxigenului în sângele arterial, etc.); - Să determine metabolismul bazal prin metode calorimetrice;

	<p>- Să posede metoda de colectare a sângelui și să interpreteze rezultatele analizelor de laborator;</p> <p>- Să însușească metode de studiere și apreciere a activității diferitor organe și sisteme prin tehnici virtuale și computerizate;</p> <p>- Să însușească metoda de instruire bazată pe analiza problemei (cazul clinic).</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <p>- Să aprecieze importanța fiziologiei în contextul integrării ei cu disciplinele medico-biologice conexe;</p> <p>- Să aprecieze importanța studierii funcțiilor de reglare și control ale activității organelor, sistemelor de organe și ale interacțiunilor dintre acestea;</p> <p>- Să folosească cunoștințele obținute pentru înțelegerea principiilor dereglărilor funcționale și ale mecanismelor de corijare a acestora;</p> <p>- Să conștientizeze necesitatea de a asimila continuu noi cunoștințe în domeniu.</p>
--	--

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Lecții de laborator	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Funcțiile sângelui. Modificările sistemului sanguin la un efort fizic.	12	2	4	6
	2	Funcțiile inimii. Proprietățile și particularitățile mușchiului cardiac.	16	4	4	8
	3	Respirația externă. Transportul gazelor prin sânge.	16	4	4	8
	4	Sistemul digestiv. Importanța proceselor digestive în activitatea vitală.	8	2	2	4
	5	Metabolismul bazal și energetic. Metabolismul proteic, glucidic, lipidic, vitală, importanța lor pentru activitatea vitală a organismului.	14	3	4	7
	6	Fiziologia glandelor endocrine. Mecanisme hormonale de reglare ale funcțiilor.	10	2	3	5
	7	Excreția. Funcțiile rinichilor. Glandele sudoripare	7	1	2	4
	8	Fiziologia aparatului neuro-muscular. Unitățile motrice.	14	3	4	7
	9	Structura și funcția sinapselor neuro-musculare. Proprietățile fiziologice ale mușchilor striati și netezi.	10	1	4	5
	10	Fiziologia sistemelor senzoriale. Analizatorii somato-senzorial, gustativ, olfactiv, auditiv, vestibular și importanța lor în activitatea sportivă.	12	2	4	6
	11	Fiziologia sistemului nervos vegetativ. Fiziologia specială a sistemului nervos central.	16	3	5	8
	12	Fiziologia cortexului cerebral. Mecanisme memoriei de scurtă și lungă durată. Somnul și veghea. Funcțiile psihice superioare.	15	3	5	7
	Total :			150	30	45

Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul, lecții de laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt

<p align="center">Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p align="center">Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p align="center">Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p align="center">100%</p> <p align="center">40%</p> <p align="center">20%</p> <p align="center">20%</p> <p align="center">20%</p>
<p align="center">Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexei N. Antrenamentul sportiv modern. București, 1997. 2. Anghel I. Lucrări de laborator la fiziologia educației fizice și sportului. Cluj-Napoca, 1997. 3. Chiorescu M. Fiziologia educației fizice și sportului (curs didactic). Chișinău, 2000 4. Demeter A. Antrenamentul sportivilor. București, 1996. 5. Dragnea C. Mate Teodorescu S. Teoria sportului. București, 2002. 6. Drăgan I. Medicina sportivă. București, 2002. 7. Erhan E. Estimarea stării sănătății a organismului la sportivii înotători după unii indici biochimici. Conferința Științifico-practică „Personalitate și sport: Teorie. Metodologie. Practică”, Ediția a IV-a, 17 mai 2019. Chișinău, IRIM, p.69-75. 8. Зимкин Н. Физиология человека. Москва 1975. 9. Коц И. Спортивная физиология. Москва 1986. 10. Платонов В. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев 1997. 11. Mariș A.M., Lupașco V.I., “Evaluarea gradului de antrenament al sportivilor în baza unor indici fiziologici”, Revista „Curierul Medical”, 1993, Nr.2, p.42-45. 12. Солодков А.С., Сологуб Е.Б., „Физиология человека” Москва, 2001. 	

	<p>13. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Determinarea indicilor relativi ai consumului maximal de oxigen (VO₂) la alergători cu aplicarea eforturilor specifice”. Chișinău, 2012.</p> <p>15. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Metoda modificată de determinare a indicilor randamentului de muncă fizică PWC₁₇₀ (V) PWC₁₇₀ (V) înotătorilor cu aplicarea eforturilor specifice”. Chișinău 2015. 204 p.</p> <p>16. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Consumul maximal de oxigen al înotătorilor” Determinarea indicilor relativi (VO₂ ml/min/kg) cu aplicarea</p> <p>18. Honceriu Cezar. Fiziologia efortului fizic. Ed. PIM, Iași 2014.</p> <p>19. Gîrlea N., Tataru A., Определение энергетического метаболизма мышечной деятельности, Congresului Științific Internațional "Sport. Olimpism. Sănătate", ediția a II-a, 26-28 octombrie, 2017, U.S.E.F.S. Chișinău.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Gîrlea Natalia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Biomecanica					
Titularul cursului		Dorgan Viorel, dr. habilitat în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.03.O.16	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite		Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Probe Sportive Individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	16	-	30	44	
Nota de prezentare	<p>Cursul de Biomecanică ține să familiarizeze studenții cu bazele biomecanice ale exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive în vederea utilizării eficiente a exercițiilor fizice în calitate de mijloc al educației fizice, precum și ca mijloc de sporire a măiestriei sportive.</p> <p>Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Bazele biomecanicii generale.2. Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <ul style="list-style-type: none">- Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală- Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive. <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de</p>						

	laborator.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formarea unui sistem de concepte privind biomecanica exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive - Însușirea legităților biomecanice de analiză a tehnicii și tacticii mișcărilor - Realizarea principiilor biomecanice de modelare și optimizare a acțiunilor motrice <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - interpretarea concepțiilor privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele vii - definirea corpului uman ca sistem biomecanic - determinarea caracteristicilor cinematice și dinamice ale mișcărilor omului - identificarea biomecanică a calităților motrice - descrierea sistemelor de mișcări și dirijarea acestora - estimarea potențialului motric individual și de grup al oamenilor <p>argumentarea biomecanică a măiestriei sportive</p>					
	<p style="text-align: center;">La finalizarea cu succes a disciplinei formabilul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să interpreteze concepțiile privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele vii; • Să definească corpul uman ca sistem biomecanic; • Să determine caracteristicile cinematice și dinamice ale mișcărilor omului; • Să identifice din punct de vedere biomecanic calitățile motrice; • Să descrie sistemele de mișcări și dirijarea acestora; • Să estimeze potențialul motric individual și de grup al oamenilor; • Să argumenteze din punct de vedere biomecanic măiestria sportivă. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Obiectul de studiu și conținutul biomecanicii	10	2	4	4
	2	Corpul uman ca sistem biomecanic	12	2	4	6
	3	Caracteristicile cinematice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	4	Caracteristicile dinamice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	5	Bioenergetica acțiunilor motrice. Biomecanica calităților motrice.	12	2	4	6
	6	Sistemul de mișcări. Dirijarea sistemului de mișcări.	12	2	4	6
	7	Particularitățile individuale și de grup ale motricii omului.	8	2	2	4
	8	Argumentarea biomecanică a măiestriei sportive.	12	2	4	6
Total :		Total	90	16	30	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bazele biomecanicii generale. - Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <p>Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală. Se vor defini conținuturile informative și formative pentru</p>					

	<p>aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive.</p> <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de laborator.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială: diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Budescu E. Biomecanica generală. Iași, 2013. Buzescu A. Anatomie și biomecanică - Ed. Bren (acreditată CNCSIS), București, 2014. Gavrilăscu D. Noțiuni de biomecanică cu aplicație în educație fizică și sport. București, 2007. Ifrim M. Biomecanica generală. București, 1980. Sbenghe T. Kinesiologie. București, 2008. Freivalds A. Biomechanics of the upper limbs: mechanics, modeling, and musculoskeletal injuries. London, 2004. Донской Д. Биомеханика. Москва, 1975. Донской Д., Зациорский В. Биомеханика. Москва, 1979. Дубровский В., Федорова В. Биомеханика. Учебник для вузов. Москва, 2008. Зациорский В. Биомеханика двигательного аппарата человека. Москва, 1981. Коренберг В. Основы качественного биомеханического анализа. Москва, 1979. Коренберг В. Лекции по спортивной биомеханике. Москва, 2011. Лапутин А. Обучение спортивным движениям. Киев, 1986. Сотцкий Н., Киселёв В. Практикум по биомеханике. Минск, 1997. Сотцкий Н. Биомеханика. Минск, 2005. Темерева В. Е., Шульгин Г. Биомеханика двигательной деятельности (Лабораторные задания) Практикум по дисциплине. Малаховка, 2018. Уткин В. Биомеханика физических упражнений. Москва, 1989. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Psihologia generală					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana, dr. în pedagogie, prof. univ. Razmireț Victoria, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O.17	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>În învățământul universitar, știința „Psihologia generală„ are o valoare aparte pentru studenții specialității <i>1000.1 Antrenament sportiv</i>, ca instrument de proiectare a discursului didactic-formativ, el reprezentând modernizarea învățământului universitar-democratizarea, integralizarea, raționalizarea epistemologică.</p> <p>Curriculumul la disciplina „Psihologia generală„ este conceput ca totalitate a acțiunilor educaționale, proiectate - realizate în contextul idealului și scopului educațional al societății și al practicii sale educaționale și se axează pe următoarele abordări:</p> <p>Abordarea conceptuală ce prevede formarea la studenți a reperelor științifico-metodice privind cunoașterea particularităților psihologice a persoanelor implicate în activitățile domeniului profesional. În formarea competențelor profesionale vor fi considerate drept fundament următoarele principii: principiul umanismului, care reclamă recunoașterea valorii, irepetabilității, integrității omului, recunoașterea dreptului la libera dezvoltare și manifestare a aptitudinilor; principiul dezvoltării cognitive active, care reclamă organizarea activității de învățare prin interacțiune cu</p>						

	<p>celălalt pentru a crea câmpul de tensiune intelectuală, câmpul de încărcare emoțională; principiul individualizării, care reclamă proiectarea și organizarea demersului didactic luând în considerație particularitățile specifice ale fiecărui student.</p> <p>În mod deosebit menționăm rolul studierii psihologiei pentru studenții din cadrul programelor de studiu vizate, deoarece cunoașterea legăturilor dezvoltării personalității, a proceselor cognitive, particularităților comportamentale ale persoanelor constituie fundamentarea teoretică și indică căile practice de integrare profesională eficientă a viitorilor specialiști.</p> <p>Studiul fenomenelor psihologiei generale conduce la:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea cât mai adecvată a mecanismelor de declanșare, manifestare, dezvoltare a proceselor stărilor, însușirilor psihice a personalității umane. - Cunoașterea comportamentelor indivizilor în condițiile activităților profesionale. - Dobândirea de către viitorii specialiști a cunoștințelor utile pentru dezvoltarea imaginii pozitive despre sine și pentru aplicarea în întreaga activitate și viață a mecanismelor de autoreglare a stărilor psihocomportamentale.
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe acțional-strategice <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. 4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. 5. Competențe interpersonale, civice, morale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p>

Finalități și performanțe la curs/modul

- să cunoască concepte psihologice de bază și a importanței acestora pentru înțelegerea personalității și a relațiilor interpersonale.
 - să definească, să reproducă, conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studii (psihologia, procese psihice, procese psihice cognitive, stări psihice, însușiri psihice, personalitate, etc.);
 - să descrie procedeele și strategiile folosite pentru atingerea unor anumite scopuri educaționale;
 - să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei;
 - să precizeze obiectul de studiu al psihologiei pe baza argumentelor științifice și empirice;
 - să cunoască procesele psihice pe baza algoritmului de definire, precizând: conținutul informațional, funcțiile și structurile operaționale, modalitățile subiective și comportamentale;
 - să evidențieze specificul conștiinței, particularitățile din care rezultă că ea este factorul principal al integrării informaționale și al reglajului;
 - să utilizeze corect termenii specifici limbajului psihologic prin distingerea sensului lor de cel din limbajul comun;
 - să recunoască, în context diferite, informații de ordin psihologic;
 - să distingă elementele de unitate și diversitate psihologică a persoanelor;
- La nivelul de aplicare:***
- să stabilească rolul și importanța activității psihice în viața omului;
 - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională;
 - să aplice procedee de antrenare, stimulare și dezvoltare a percepției, memoriei, atenției, gândirii, imaginației;
 - să identifice interacțiunile dintre procesele psihice;
 - să analizeze componentele personalității și modul lor de relaționare;
 - să precizeze/analizeze interacțiunile dintre procesele psihice în conturarea sistemului de personalitate;
 - să argumenteze rolul Eu-lui ca factor integrator al personalității;
 - să stabilească raporturi între trăsăturile de personalitate și procesele psihice;
 - să utilizeze cunoștințele de psihologie în realizarea autocaracterizării și caracterizării psihologice a colegilor, prietenilor etc;
 - să realizeze analizele ale unor comportamente reale sau preluate din literatură, istorie, folosind adecvat limbajul psihologic;
 - să elaboreze sinteze tematice, evidențiind domenii de aplicație practică a psihologiei;
 - să analizeze manifestarea dimensiunilor personalității în contextul dinamicii de grup;
 - să propună ipoteze personale pentru explicarea unor fenomene psihice;
 - să emite judecăți de valoare asupra unor enunțuri cu conținut psihologic;
 - să utilizeze strategii creative pentru rezolvarea unor probleme teoretice și practice.
- La nivelul de integrare:***
- să elaboreze obiective, conținuturi, strategii didactice în realizarea cadrului profesional în conformitate cu particularitățile psihologice;
 - să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele, legitățile, particularitățile de dezvoltare.
 - să aplice secvențe din psihologie în efectuarea cercetărilor științifice în domeniul educației fizice și sportului;
 - să inițieze procese de psihodiagnostic, consiliere psihologică, psihoprofilaxie etc. în cazurile problema identificare în cadrul activității profesionale și celei sociale;
 - să realizeze convorbiri, expuneri, caracterizări de factură psihologică și să realizeze adecvat la solicitările exprimate în limbaj psihologic;

	<ul style="list-style-type: none"> - să manifeste receptivitate cunoașterea și comunicarea interpersonală; - să precizeze contribuția psihologiei în procesul educației, în general, și în procesul propriei formări, în special. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Noțiuni generale despre psihologie. Importanța studierii psihologiei în procesul de formare profesională.	6	2	1	3
	2	Psihicul uman.	6	2	1	3
	3	Psihologia activității.	6	2	1	3
	4	Procese psihice senzoriale: Senzațiile.	6	2	1	3
	5	Procese psihice senzoriale: Percepția.	6	2	1	3
	6	Procese psihice senzoriale: Reprezentarea.	6	2	1	3
	7	Procese psihice cognitive superioare: Gândirea.	6	2	1	3
	8	Procese psihice cognitive superioare: Memoria;	6	2	1	3
	9	Procese psihice cognitive superioare: Limbajul, imaginația și creativitatea;	6	2	1	3
	10	Procese psihice afective.	6	2	1	3
	11	Procese psihice reglatorii: Voința. Motivația.	6	2	1	3
	12	Procese psihice reglatorii: Atenția.	6	2	1	3
	13	Sistemul de personalitate. Personalitatea	6	2	1	3
	14	Particularitățile psihologice ale personalității: Temperamentul.	6	2	1	3
15	Particularitățile psihologice ale personalității: Caracterul. Aptitudinile.	6	2	1	3	
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p style="text-align: center;"><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile</p>					

	<p>ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Allport G. W., Structura și dezvoltarea personalității, București, Editura Didactică și Pedagogică, 1991. Bolboceanu A., Vrînceanu M., Ghid de psihologie, Chișinău, 1996. Bonchiș, E., Secui, M., coord. – Psihologia vârstelor, Editura Universității din Oradea, 2004, p. 285 Bota A., Exerciții fizice pentru o viață activă. Activități motrice pentru timp liber. București: Cartea Universitară. 2006 Ciobanu C., Psihologia educației. Chișinău. 2006. Cosmovici A., Psihologie generală. Iași: Polirom, 1996. Dumitriu C., Psihologia educației. Bacău. 2014. 120 p. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 345 p. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. Gonciaruc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015. p. 36-41 Gonciaruc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specific educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare.. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. ISBN 978-9975-68-275-6 209 pagini. Gonciaruc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46 Gonciaruc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014.p. 535-540. Gonciaruc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014 p.596-603. Gonciaruc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014, p. 13-18. Gonciaruc Sv. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015, p. 36-41. 	

Data completării: 01.09.2021

Razmireț Victoria

Gonciaruc Svetlana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Atletismul *					
Titularul cursului		Scripcenco Constantin, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O. 18	Anul	II	Semes trul	3
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	50	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@ mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	15	20	65	50	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “Atletismul” este partea componentă a planului de învățământ al anului I, secția zi și frecvență redusă, și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul antrenamentului sportiv în aspect formativ, aplicativ și integrativ la facultatea Educația Fizică și Sport a USEFS.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei “Atletismul” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice didactice de bază în domeniul atletismului pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniul antrenamentului sportiv.</p> <p>Astfel, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și practic aplicativ eficient, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <p>Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului; Cunoașterea istoriei dezvoltării atletismului Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice; Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.</p> <p>Instruirea tehnicii probelor de atletism. Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului.</p> <p>Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale antrenamentului sportiv.</p> <p>Formarea culturii mișcărilor conform cerințelor probelor atletice.</p> <p align="center">Competențe transversale:</p> <p>Disciplina este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul atletismului. Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul antrenamentului sportiv.</p>									
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei “Atletismul”; - să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p align="center"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice tehnica probelor de atletism: marș sportiv; alergări; sărituri; aruncări; poliatioane; - să cunoască metodica de dezvoltare și perfecționare a calităților și capacităților motrice: forța, forța – viteza, viteza, rezistența, suplețea, îndemânarea. - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul culturii fizice recreative. <p align="center"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe, regulamente, recomandări, folosind exercițiile de atletism în cadrul profesional din domeniu; - să explice esența și structura probelor atletice. 									
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>				<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">L/P</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Introducere în obiect. Istoria dezvoltării atletismului.	3	3						
	2	Bazele tehnicii marșului sportiv și alergărilor.	2	2						
	3	Bazele tehnicii aruncărilor și săriturilor.	2	2						
	4	Bazele instruirii și a antrenamentului de atletism	3	3						
	5	Organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.	7	3	4					
	6	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.	2	2						
	7	Instruirea tehnicii marșului sportiv	6		4					2
	8	Instruirea tehnicii alergării de viteză	7		4					3
	9	Instruirea tehnicii alergării de semifond	7		4					3

	- fond					
10	Instruirea tehnicii alergării de garduri	9		6		3
11	Instruirea tehnicii de ștafetă	7		4		3
12	Instruirea tehnicii săriturii în lungime	7		4		3
13	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime	7		4		3
14	Instruirea tehnicii săriturii triple	7		4		3
15	Instruirea tehnicii aruncării greutății	7		4		3
16	Instruirea tehnicii aruncării discului	7		4		3
17	Instruirea tehnicii aruncării suliței	7		4		3
18	Dezvoltarea calității motrice „forța”	9		6		3
19	Dezvoltarea calității motrice „viteza”	9		6		3
20	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”	9		6		3
21	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”	10		7		3
22	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”	5		2		3
23	Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”	11		8		3
Total :		150	15	85		50
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile practice și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări</p>					

	de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992. 2. Cecilia Gevat, Alin Larion „Lecții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. 3. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 4. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. 5. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989. 6. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В.Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976. 	

Data completării: 01.09.2021

Scripcenco Constantin



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Bazele tacticii probei sportive alese II (BTPSA II), jocuri sportive					
Titularul cursului		Conohova T., dr. în pedagogie, conf. univ. Sirghi S., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Tăbîrță V., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 03 O. 19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, L/P-M-lecții practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	L/P-M		LI	
		180	30	60		90	
Nota de prezentare	Tematica lecțiilor la disciplina BTPSA – II (jocurile sportive) este elaborată conform planului cadru și a planului de studii. Conținutul tematicii propuse prevede pregătirea teoretico-metodică a viitorilor specialiști în domeniul educației fizice și sportului în proba sportivă aleasă. Materialul prezentat presupune orientarea profesional-pedagogică a specialiștilor în jocurile sportive. Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ: <ul style="list-style-type: none">Acumularea cunoștințelor profesional-pedagogice ce țin de pregătirea tactică în domeniul probei sportive aleasă.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea bazelor tacticii jocului în proba sportivă aleasă. • Formarea deprinderilor organizatorico-pedagogice, privind însușirea tacticii jocului sportiv ales. • Dezvoltarea capacităților de aplicare a cunoștințelor formate în domeniul tacticii jocului sportiv ales. • Operarea cu metodele de evaluare a nivelului pregătirii tactice în proba sportivă aleasă. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 3, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul jocurilor sportive</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor de pregătirea tactică în cadrul secțiilor de jocuri sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a pregătirii tactice cu sportivii începători, juniori, seniori; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire tactice la „jocuri sportive”; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor izolaționiste ale pregătirii tactice apărute în domeniul jocurilor sportive; <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor tactice complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu regulamentul oficial al jocului practicat; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul tacticii a jocului sportiv ales; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare a cunoștințelor din domeniul tacticii jocului sportiv în cadrul planificării, organizării și rezolvării a antrenamentelor sportive cu sportivi de diferită pregătire și vârstă.</p>
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale compartimentului din tactica probei sportive alese (pregătirea tactică, sisteme tactice, combinații, etc.); ▪ să identifice scopurile și obiectivele ale pregătirii tactice în planificarea și organizarea antrenamentelor sportive; ▪ să cunoască și să caracterizeze acțiunile tactice individuale și pe echipă în jocurile sportive alese; ▪ să identifice etapele de însușire a cunoștințelor din domeniul tacticii jocului sportiv; <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedeele din tactica jocului sportiv ales; ▪ să elaboreze un plan de pregătire tactică a unui jucător-începător; ▪ să analizeze și să explice pregătirea tactică a jucătorului; ▪ să determine noțiunile specifice în pregătirea tactica a echipelor sportive; <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura tacticii jocului sportiv ales; ▪ să îmbine cunoștințele acumulate și procedee specifice ale tacticii jocului în procesul de pregătire;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tactică a sportivului ce practică jocul; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul		Numărul de ore		
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Noțiuni și termeni de bază a tacticii în jocurile sportive	4	2		2
	2	Caracteristica și clasificarea tacticii jocului	14	4	2	8
	3	Acțiunile tactice individuale	16	2	4	10
	4	Acțiunile tactice în grup	30	2	12	16
	5	Interacțiunea a doi jucători în atac; interacțiunea a trei jucători în atac; interacțiunea a patru jucători în atac.	24	2	12	10
	6	Analiza acțiunilor tactice în grup de atac.	10	2	2	6
	7	Caracteristica bazelor jocului colectiv în atac.	4	2		2
	8	Sistemele de joc în atac în dependență de apărare.	14	2	6	6
	9	Acțiuni individuale împotriva jucătorului cu mingea, acțiuni individuale împotriva jucătorului fără minge.	20	2	6	12
	10	Acțiuni tactice împotriva a doi jucători în atac; a trei jucători în atac; a patru jucători în atac.	12	2	2 4	4
	11	Analiza tipurilor de sisteme de apărare în jocul sportiv.	6	2	2	2
	12	Sistemele de joc în atac în dependență de apărare.	8	2	2	4
	13	Analiza acțiunilor tactice de echipă în atac apărare.	8	2	4	2
14	Procedee tehnico-tactice în jocul sportiv ales	10	2	2	6	
Total :			180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecții practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, lecții practico-metodice cu valorificarea în practică a cunoștințelor acumulate, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, lecții metodice în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și</i></p>					

Strategii de evaluare	<p>competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. 2. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p. 3. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. 4. Портнов Ю. Баскетбол. Учебник для ВУЗов ФК. М., 1997, 476 стр. 5. Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. 6. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. 7. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodica jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145p. ISBN-978-606-13-2075-2 8. Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9 9. Păcuraru A., ”Volei. Tehnica și tactica”. Editura fundației universitare ”Dunărea de jos”, Galați, 2002, 183p. ISBN 973-627-004-1 9. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Alma Mater, Bacău, 2002. 10. Motroc I., Cojocaru V. Fotbal. Curs de bază. ANEFS, București 1991. 11. Mocrousov, E., Grosul, V. <i>Specific methodological aspects of enhancing the cadet's athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance.</i> Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0. 12. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players.</i> In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. 	

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024

Republica Moldova, or. Chișinău

str. A. Doga, nr. 22

www.usefs.md

tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENTUL SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Bazele tehnice probe sportive alese II BTPSA – II (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Dercacenco I., dr., conf., univ., Gîlcă M., asistent universitar Gurin S., asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O. 19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	PSI	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	180	C	30	S	60
				L/P	60	LI	90
Nota de prezentare		Modernizarea curriculumului universitar din învățământul superior și Procesului Bologna prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile curriculumului angajează-consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană pe perioada 2015-2021, acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării					

	<p>activității didactice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - adaptarea curriculumului la schimbările intervenite în învățământul european. - formarea inițială a catedrelor în domeniu. - consolidarea calității proiectării activităților didactice, noilor tehnologii de predare învățare și evaluare. <p>Curriculumul disciplinar BTPSA-II (probe sportive individuale) este elaborat în baza normativelor și cerințelor educaționale de modernizare a învățământului superior și reprezintă un document de planificare a conținuturilor didactice, realizabile în concordanță cu concepția de proiectare a planului de învățământ. BTPSA II are ca obiectiv, însușirea principalelor mijloace necesare în pregătirea tehnico-tactică specifică ramurii sportive alese, precum și bagajul minim de cunoștințe.</p> <p>Disciplina de studii „Bazele tehnice ramurii sportive alese II” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Protecție, Pază și Securitate a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale cursului de BTPSA, presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul antrenamentului sportiv capabili de a utiliza cunoștințele în practica de antrenorat, desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiectivul cadru și a cursului dat prevede crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea dezvoltării calităților fizice, a pregătirii tehnico-tactice, care va asigura buna desfășurare a antrenamentului sportiv și formarea corectă a unui macrociclu de pregătire; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea de competențe fundamentale privind activitatea didactică la disciplina BTPSA și pregătirea profesională pedagogică a antrenorilor; • Acumularea cunoștințelor legate de metodica învățării a procedurilor tehnice, noțiuni terminologice. • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor sportive în cadrul Școlilor sportive, specializate la secții cu elevii de diferite vârste; • Practicarea metodologiilor de analiză a sistemelor de bază în pregătire tehnico-tactică în luptele sportive; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul antrenamentului sportiv ; • Susținerea și promovarea organizării cursurilor de perfecționare cu specialiști de peste hotare;

	<ul style="list-style-type: none"> • Metodica învățării acțiunilor tehnice, formarea calităților atitudinale, de personalitate, de colegialitate, dăruire de sine și responsabilitate, disciplină, sentimentul datoriei. <p style="text-align: center;">Subcomponențe psihomotrii:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Educația atenției și memoriei operative substanțe formele de manifestare (auditivă, vizuală, verbală); • Formarea deprinderilor și pricepiilor antrenamentului practic în diferite situații extreme, sub influența altor factori ca: auditoriu, sala, zgomot, oboseala, suporteri ș.a.; • Formarea pricepiilor de anticipare a situațiilor de conflict, agresivitate; • Formarea deprinderilor pedagogice de bază pentru desfășurarea antrenamentului tip concurs competițiilor sportive, în menționare condiției fizice personale. <p style="text-align: center;">Subcompetențe atitudinale (comportamentale):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea sistematică și independentă a obiectivelor lecției și sarcinilor la domiciliu studentului; • Activități de formare a calităților de personalitate; • Participarea la activități competiționale, la arbitrajul la individual, pe echipe. 																
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei BTPSA I (Calitate, metoda, mijloace, tehnica, tactica); ▪ să identifice metodele și mijloacele folosite în sporturile de lupte; ▪ să caracterizeze acțiunile tehnice specifice; ▪ să caracterizeze acțiunile tactice specifice; ▪ să identifice vârstele optime de dezvoltare a anumitor acțiuni tehnice în sporturile de lupte; ▪ să identifice mijloacele ce duc la dezvoltarea acțiunilor tehnice; ▪ să identifice și să caracterizeze jocurile dinamice ce permit dezvoltarea elementelor tehnice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine mijloacele de dezvoltare a procedurilor tehnice; ▪ să determine jocurile dinamice specifice vârstei în dezvoltarea a anumitor elemente tehnice; ▪ să elaboreze un macrociclu de dezvoltare a acțiunilor tehnico tactice specific probei practicate de lupte; ▪ să analizeze și să explice dezvoltarea procedurilor tehnice specific vârstei; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării a unei lecții practice cu o grupă de inițiere. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența bazelor tehnice în luptele sportive; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică luptele sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 																
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 25%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">LP</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td> Istoria și evoluția luptelor - Caracteristicile generale ale pregătirii tinerilor luptători. - Clasificarea tehnice a luptelor. - Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol. - Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor din poziție. - Etapele de însușire a tehnicilor de </td> <td style="text-align: center;">30</td> <td style="text-align: center;">5</td> <td style="text-align: center;">10</td> <td style="text-align: center;">15</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	LP	LI	1	Istoria și evoluția luptelor - Caracteristicile generale ale pregătirii tinerilor luptători. - Clasificarea tehnice a luptelor. - Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol. - Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor din poziție. - Etapele de însușire a tehnicilor de	30	5	10	15
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore													
		Total	Curs	LP	LI												
1	Istoria și evoluția luptelor - Caracteristicile generale ale pregătirii tinerilor luptători. - Clasificarea tehnice a luptelor. - Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol. - Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor din poziție. - Etapele de însușire a tehnicilor de	30	5	10	15												

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		<p>luptă</p> <p>Particularitățile metodice în dezvoltarea calităților mortice la diverse categorii de vîrstă.</p> <p>Particularitățile metodice în dezvoltarea calităților mortice la diverse categorii de vîrstă.</p> <p>- Organizarea și desfășurarea competițiilor sportive cu diverse categorii de vîrstă (regulamentul, comitetul organizatoric, divizul de cheltueli)</p>				
	2.	<p>Clasificarea tehnicilor Judo-ului:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tehnici de picior; - Tehnici de șold; - Tehnici de umăr și braț; - Tehnici de sacrificiu; - Tehnici la sol; - Imobilizarea; - Tehnica articulară; - Procedee de ștrangulare. 	30	5	10	15
	3.	<p>Clasificarea tehnicilor în lupta greco-romane:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Tehnici la sol; - Centurări; - Treceri la spate; - Fixări în poziții periculoase de tuș; - Tehnici din poziție; - Ducerii la sol; - Aruncări prin suspendare; - Aruncări peste șold; - Aruncări peste piept; - Doboșiri. 	30	5	10	15
	5.	<p>Clasificarea tehnicilor în lupta liberă:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Tehnici la sol; -Extensii; -Încrucșări; -Pîrghii la braț, picioare; -Tehnici din poziție; -Ducerii la sol cu priza de coapsă; -Doboșiri cu trecere pe sub brațe și fixarea coapselor; -Aruncare cu trecere pe sub brațe și fixarea ambelor coapse; -Aruncare peste umeri; -Tehnici cu fixarea coapselor. 	30	5	10	15

	6.	Pregătirea tactică și specificul acesteia în judo, lupte libere și greco-romane, sambo.	30	5	10	15
	Total:		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina „BTPSA-II” se formează în baza pregătirii specialiștilor AM de înaltă calificare pentru școlile și cluburile sportive din țară.</p> <p>Scopul disciplinei este acumularea unor cunoștințe legate de metodică învățării de procedee tehnice, noțiuni de terminologie și regulament. Însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice luptelor sportive precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare. Metodică învățării acțiunilor tehnice pe părți și integrat.</p> <ol style="list-style-type: none"> Mijloacele. Formarea priceperilor și deprinderilor viziază următoarele mijloace: exerciții psihomotrice, speciale, elemente tehnice din lupta sportivă, teste de control și evaluare. Metode de predare-învățare (de formare a competențelor): expunerea orală, demonstrarea, conversarea, învățarea în echipă, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea, jocuri didactice. <p>Cunoștințele teoretice incluse în curriculum cu scopul să se formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale sunt obligatorii, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării în mod individual și conștient.</p> <p>Forme de manifestare. Curriculumul, prin conținutul temelor include metode noi dar și deja cunoscute și implementate în antrenamentul sportiv. Asemeni dezvoltarea abilităților tehnico tactice la diverse vârste a sportivilor. Recomandări în autoevaluarea și autocontrolul psihomotric după suprasolicitări</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curentă se efectuează prin verificări curente sistematice pe parcursul programului de instruire, pe secvențe mai mici (pot fi compartimente), având drept scop cunoașterea gradului de instruire de către studenți a materiei predate pe parcursul semestrului și se finalizează cu note.</p> <p>Notele sunt acordate pentru nivelul de execuție tehnico-tactică a procedeele tehnice învățate. Prin evaluarea curentă se monitorizează procesul de formare a competențelor profesionale a viitorilor specialiști. În așa fel, evaluarea curentă constată rezultatele activității de formare profesională atât prin activitățile din sala de lupte, cât și prin lucrul individual.</p> <p>Criteriile de evaluare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Executarea corectă a elementelor și procedeele tehnice pentru proba aleasa practică. • Punerea în practică în timpul luptei a elementelor și procedeele tehnice. • Îndeplinirea baremului conform normelor de control pentru pregătirea fizică în dependență de categoria de greutate a fiecărui student. • Atitudinea studentului față de disciplină (frecvența la ore, participarea la activități competiționale sportive, programe demonstrative, activități științifice ș.a.). <p>Pentru lecțiile practico-metodice la studenții an. I-II, disciplina: Bazele Tehnice Probei Sportive Alese.</p> <p>Teoretice</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Prezentarea portofoliului cu temele de curs. 6. Prezentarea referatului cu tema repartizată. 7. Activitatea în cadrul seminarilor. 					

	<p>Practice</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Lăsări în podeș de sine stătător sau cu asigurare de către partener. 4. Piruiete în jurul capului. 3. Ridicarea concomitent al trunchiului și picioarelor din poziția culcat dorsal. 4. Ridicarea în brațe la bara fixă. 5. Flotări (fete) 6. rostogolire înainte + alergare de suveică (3x10m) 7. Demonstrarea procedeelor tehnice din poziție, la sol (denumirea corecta a procedeului). <p>Evaluarea finală (sumativă) are funcția de bilanț și se realizează la încheierea studiului disciplinei cu examen. Rezultatele evaluării finale se exprimă în note conform scalei de notare, iar nota minimă de promovare este nota 5.</p> <p>Numărul creditelor academice este determinat de Planul de învățământ și constată realizarea integrală a volumului de studiu pretins studentului care demonstrează prezența anumitor competențe. Nota finală la disciplină însumează rezultatul evaluării curente (nota medie pe semestru) și nota obținută la examen.</p> <p>Admiterea la examen prevede prezența la ore de 70-80%, acumularea minimum a 50% a notelor la teste practice (evaluarea curentă) și obținerea notei pe semestru. Studentul care la evaluarea curentă (nota pe semestru) are nota mai mică de „5” nu este admis la evaluarea finală (examen).</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere greco-romane: Curs de bază/ Ilie Chirtoacă, Alexei Postolachi, Alexandr Chirtoacă. Chișinău, 2016. 161 c. (ISBN 978-9975-68-027-1) 2. Dragnea A.B. Teoria activităților motrice. 1999. 3. Radu N.B., Pregătirea psihologica a luptătorilor. 2000. 4. Hantău I., Manolachi V. Pregătirea fizică a judocanilor de performanță: Manual pentru instituțiile cu profil sportiv. Chișinău, 2000. 200 p. 5. Manolachi V.G. Sporturi de luptă – teorie și metodică. INEFS. Chișinău: F.E.P., 2003. 400 p. 6. Gojina V., Malcova O. Tehnica și tactica luptei sportive. Moscova 2005 7. Gojina V., Malcova O. Teoreticeschie osnovi tactichi v sportivnih edinoborstvah. Moscova. 2008. 8. Bompa, T.O., 2002 - Teoria și metodologia antrenamentului – periodizarea, Editura Ex Ponto 9. Epuran, Mihai, 1995 – Modelarea conduitei sportive, Editura Sport-Turism, București 10. Roman, Gheorghe, Batali Cristian, 2007. Antrenamentul sportiv- teorie și metodică, Editura Napoca Star, Cluj 11. Гагонин, С.Г. Развитие теории и практики физической культуры путем обобщения опыта боевых искусств востока: Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04: СПб., 1998. 432 с. 12. Куванов В.А. Взаимосвязь прочности освоения двигательных действий и уровня развития координационных способностей юных борцов: Дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2005. 196 с. 13. Лейкин, С.Ф. Особенности психологической подготовки в циньна и шуайцзяо. В: Юбилейная научно-методическая конференция, посвященная 100-летию Академии: Матер. конф. СПб, 1996, с. 52-55. 14. Панченко, Г.К. (ред.) История боевых искусств. Колыбель цивилизаций. М.: Олимп; ООО „Изд. АСТ”, 1996. 480 с. 	

	<p>15. Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. I / Препедевтика. Москва: Советский спорт, 1997. 280 с.</p> <p>16. Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. II / Кинезиология и психология. Москва: Советский спорт, 1998. 280 с.</p> <p>17. Triboi Vasile. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv: curs univ. Chișinău: USEFS, 2010. 364 p. ISBN 978-9975-9507-9-7.</p> <p>18. Zavalîșca A., Demcenco P. Metode matematico-analitice de cercetare pedagogică în cultura fizică. Chișinău: Pontos, 2011. 490 p. ISBN 978-9975-51-219-0.</p> <p>19. Боген М.М. Физическое воспитание и спортивная тренировка: обучение двигательным действиям: Теория и методика Изд.4, испр. и доп. Изд-во Книжный дом "ЛИБРОКОМ" 2013 224 стр. ISBN: 978-5-397-03729-7</p> <p>20. Бусуйок С.Л., <i>Основы Теории и Методики Физической Культуры</i>: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ.воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).</p> <p>21. Манолаки В. В., Демченко П. Дзюдо как философия двигательного и духовного развития и некоторые современные аспекты начального спортивного отбора школьников 9 лет. În: <i>Știința culturii fizice</i>. 2010, Nr. 5/2, p. 64-69. ISSN 1857-4114.</p> <p>22. Мруз И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. <i>Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории</i>. În: <i>Știința culturii fizice</i>. 2011, nr. 7/1, 57-60. ISSN 1857-4114</p> <p>23. Шахмурадов Ю.А. <i>Вольная борьба, Научно-методические основы многолетней подготовки борцов</i>, «Высшая школа», 1997. - 189 с. - ISBN 5-06-003450-X.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

**Dercacenco Ivan
Gîlcă Maxim
Gurin Serghei**



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Bazele tehnicii probei sportive alese II BTPSA – II (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Scorțenschii Dmitri, dr. în științe pedagogice, lector universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O.19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	6	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Bazele tehnicii probei sportive alese II (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Antrenament sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Scopul programei curriculare la disciplina „Bazele tehnicii probei sportive alese II” constă în obținerea de către studenți a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor necesare pentru activitatea profesional-pedagogică, de antrenorat și organizațională la instruirea înotului în masă, precum și la pregătirea sportivilor cu diferită calificare în cadrul instituțiilor de învățământ, educație fizică și sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea						

	<p>specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza bazele tehnicii înotului sportiv, pentru desfășurarea eficientă a pregătirii sportivilor în cadrul școlilor și cluburilor sportive specializate;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea bazelor tehnicii înotului sportiv, teoriei și metodicii antrenamentului sportiv, și a sistemului de pregătire a înotătorilor care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Bazele tehnicii probei sportive alese II” este planificată în an II, sem. III, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiei de analiză și perfecționare a biomecanicii și hidrodinamicii înotului sportiv; • Cunoașterea metodologiei de antrenament sportiv privind perfecționarea tehnicii înotului, starturilor și înotărilor; • Abilitatea de a selecta și de a implementa abordările științifice moderne în perfecționarea tehnicii stilurilor de înot, starturilor și înotărilor; • Gândirea constructivistă privind diversitatea modalităților de selectare, planificare, organizare și de desfășurare a testelor pentru evaluarea nivelului de pregătire tehnică a sportivilor; • Abilitatea de aplicare a diverselor forme, metode și mijloace pentru perfecționarea tehnicii înotului sportiv, starturilor și înotărilor; • Valorificarea sistematică a celor mai noi informații și cultivarea unui mediu științifico-metodic pentru asigurarea eficientă a procesului de antrenament; • Posedarea și utilizarea terminologiei specifice; • Proiectarea și elaborarea programelor de antrenament privind perfecționarea elementelor tehnicii înotului sportiv, starturilor și înotărilor; • Implementarea tehnologiilor informaționale; • Manifestarea atitudinilor responsabile față de procesul de antrenament sportiv; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv la înot; • Asigurarea unui management efektiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației. • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului;

	<ul style="list-style-type: none"> •Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; •Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei BTPSA II; - Să definească, să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei BTPSA II; - Să identifice funcțiile principale ale antrenorului și instructorului de înot; - Să argumenteze strategiile de promovare a tehnicii moderne de înot; - Să identifice criteriile diferitor tipuri de mișcări tehnice ale înotului sportiv; - Să cunoască hidrodinamica și biomecanica înotului sportiv; - Să caracterizeze obiectivele, principiile și metodele disciplinei. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să comunice și să acționeze eficient la manifestarea și demonstrarea tehnicii procedeele sportive de înot; - Să aplice cunoștințe, capacitățile acumulate în activitatea antrenorului de înot; - Să utilizeze formele de comunicare didactică în cadrul orelor practico – metodice; - Să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să-și autoevalueze nivelul pregătirii teoretice, metodice și de pregătire tehnică sportivă; - Să-și verifice nivelul de integrare în procesul de învățare și perfecționare a procedeele de înot; - Să determine rolul și funcțiile instructorului și a antrenorului de înot; - Să alcătuiască o programă de depistarea și lichidare a greșelilor apărute în urma studierii procedeele de înot; - Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; - Să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">LP</p>	<p align="center">LI</p>
1.	Noi orientări în tehnica „deplasării” la înot.	4	2		2	
2.	Perfecționarea tehnică a înotătorilor.	8	4		4	
3.	Tehnica procedeului craul pe piept. Greșelile specifice, metodele și mijloacele pentru înlăturarea lor.	8	4		4	
4.	Tehnica procedeului craul pe spate. Greșelile specifice, metodele și mijloacele pentru înlăturarea lor.	8	4		4	
5.	Tehnica procedeului fluture (delfin). Greșelile specifice, metodele și mijloacele pentru înlăturarea lor.	8	4		4	
6.	Tehnica procedeului bras. Greșelile specifice, metodele și mijloacele pentru înlăturarea lor.	8	4		4	
7.	Tehnica înotului pe spate. Greșelile specifice, metodele și mijloacele pentru înlăturarea lor.	8	4		4	
8.	Tehnica starturilor. Greșelile specifice, metodele și mijloacele pentru înlăturarea lor.	8	4		4	
9.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe piept (coordonarea).	5		2	3	
10.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe spate (coordonarea).	5		2	3	

	11.	Perfecționarea tehnicii înotului bras (coordonarea).	5		2	3
	12.	Perfecționarea tehnicii înotului fluture (coordonarea).	5		2	3
	13.	Perfecționarea tehnicii înotului mixt (coordonarea).	7		4	3
	14.	Înot uniform prin procedeul craul pe spate.	4		2	2
	15.	Înot variat – craul pe piept.	5		2	3
	16.	Înot cu intervale – bras.	4		2	2
	17.	Înot prin repetări – fluture.	5		2	3
	18.	Înot de control cu procedee de înot sportiv.	4		2	2
	19.	Perfecționarea înotului craul pe piept și spate (lecție practico-metodică).	4		2	2
	20.	Perfecționarea înotului craul pe piept și bras.	4		2	2
	21.	Perfecționarea înotului bras și fluture.	4		2	2
	22.	Perfecționarea înotului fluture și spate.	4		2	2
	23.	Perfecționarea înotului mixt (lecție practico-metodică).	4		2	2
	24.	Perfecționarea înotului uniform (mixt).	7		4	3
	25.	Perfecționarea înotului variat (mixt).	7		4	3
	26.	Perfecționarea înotului cu intervale (mixt).	7		4	3
	27.	Perfecționarea înotului prin repetări (mixt).	7		4	3
	28.	Perfecționarea înotului de control (mixt).	7		4	3
	29.	Orientarea integrală a înotătorului (mixtă) (lecție practico-metodică).	4		2	2
	30.	Înotul de control (4x25m de bază, 100mixt).	4		2	2
	31.	Înotul de control (50, 75 și 100m de bază).	4		2	2
	32.	Înotul de control (4x50m mixt, 400 s/l).	4		2	2
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbatere), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritimizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, normative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

	<p>studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe, N. Antrenamentul sportiv modern. București: Editura Didactică și EDITIS, 1993. 532 p. ISBN 973-41-0316-4. 2. Bompa, T. Teoria și metodologia antrenamentului: Periodizarea. București: Editura „Tana”, 2008. 435 p. ISBN: 978-973-1858-08-1. 3. Maglischo E.W. - Swimming Fastest - The essential reference on technique, training, and program design, Ed. Human Kinetics, USA, 2003. 4. Rîșneac, B., Solonenco, G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. 159 p. ISBN 978-9975-4481-8-5. 5. Анатомия плавания [пер. с англ. С.Э. Борич]. – Минск: «Попурри», 2011. – 200 с.: ил. ISBN 978-985-15-1219-1. 6. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 7. Булгакова Н. Ж.– Плавание. М.: ФиС, 1999. (Азбука спорта). 8. Булгакова Н. Ж. Теория и методика плавания: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. Центр «Академия», 2014. 9. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. – М., 1996. 10. Водные виды спорта - : Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; под ред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр. «Академия», 2003. 11. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. – М.: СпортАкадемПресс, 2002. 12. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техники всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 13. Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9 14. Люссеро Б. – Плавание: 100 лучших упражнений. – М.: Эксмо, 2010. 15. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 16. Нечунаев И.П. Плавание. Книга - тренер. – М.- Издательство: Эксмо Формат, 2012. 17. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 400 с. ISBN 978-5-91657-653-5 18. Плавание. Библия тренера [пер. с англ. Кононова Е.]. – Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. ISBN 978-5-699-67859-4 19. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997. 20. Платонов В.Н. – Плавание. - Киев: Олимпийская литература, 2000. 21. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012 	

	<p>22. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. – Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. - К.: Олимпийская литература, 2000.</p> <p>23. Платонов В.Н., Гуськов С.И. – Олимпийский спорт: Учебник для студентов вузов физ. воспитания и спорта. – К.: Олимпийская литература, 1994. – Кн.1. К.: Олимпийская литература, 1997. – Кн. 2.</p> <p>24. Сало Д., Риуолд С. Совершенная подготовка для плавания [пер. с англ. И.Ю. Марченко] – Москва: Евро – Менеджмент, 2015. – 268 с. ISBN 978-5-9907294-1-4</p> <p>25. Таормина Ш. Секреты быстрого плавания для пловцов и триатлетов. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 176 с. ISBN 978-5-91657-711-2</p> <p>26. Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич.пособие). - М.: "Симилия", 2006. - 132 с. ISBN 5-86731-035-3</p> <p>27. Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Scorțenshii Dmitri



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese - II BTPSA – II (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O. 19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese - II” (gimnastica ritmică) este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice 						

	<p>capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a gimnasticii ritmice, în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea bazelor tehnicii probei sportive-gimnasticii ritmice, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 3, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea metodologiilor de analiză a bazelor tehnicii gimnasticii ritmice sistemelor de pregătire tehnică la gimnastică ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament în gimnastica ritmică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei gimnasticii ritmice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul bazelor tehnicii a executării exercițiilor fără obiect și cu obiect portativ în gimnastică ritmică; ▪ să definească conceptele de bază a clasificării biomecanice a exercițiilor cu obiect în gimnastica ritmică;

- să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind tehnica alcătuirii compozițiilor competiționale în gimnastică ritmică;
- să definească conceptele de bază privind teoria lecțiilor de antrenament în gimnastica ritmică.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să modeleze structura unei lecții aproximative de coregrafie pentru gimnastica ritmică;
- să alcătuiască un exercițiu la 8 timpi pentru dezvoltarea coordonării mișcărilor și un exercițiu la 8 timpi pentru dezvoltarea simțului ritmului;
- să modeleze tehnica instruirii exercițiului de bază piruetei la 360° „atitudine”;
- să elaboreze combinațiile de dans la 16 timpi pentru toate obiecte (coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica);
- să evalueze tehnica elementelor fundamentale și nefundamentale în compozițiile competiționale cu coarda, cu cerc, cu mingea, cu măciuci și cu panglică.

La nivel de integrare:

- să explice esența și structura bazele tehnicii exercițiilor cu și fără obiect portativ de gimnastică;
- să îmbine bazele tehnicii probei sportive alese în procesul de pregătire a diverselor sportivi;
- să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a gimnastelor ce practică gimnastica ritmică;
- să respecte particularitățile pregătirii tehnice acestui gen de sport.
- manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de bazele tehnicii probei sportive alese;
- să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei Bazelor tehnicii probei sportive alese II (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Bazele tehnicii instruirii exercițiilor fără obiect <ul style="list-style-type: none"> • Exerciții specifice (mișcări arcuire, relaxări, valuri, fluturări). • Clasificarea elementelor de suplețe și echilibre, bazele tehnicii instruirii. • Clasificarea întoarcerilor și piruetelor în gimnastica ritmică și bazele tehnicii instruirii. • Clasificarea săriturilor în gimnastica ritmică și bazele tehnicii instruirii. • Clasificarea exercițiilor acrobatice, elemente în parter și bazele tehnicii instruirii. • Pași de dans, alergări cu caracter de dans, elementele de dans și bazele tehnicii instruirii a acestora. 	40	8	12	20
	2	Bazele biomecanice clasificării exercițiilor cu obiecte. <ul style="list-style-type: none"> • Menținerea balansului nestabil cu obiectul. 	36	6	12	18

	<ul style="list-style-type: none"> • Mișcări de rotație cu obiecte. • Mișcări de aruncări sau lansări cu obiecte. • Mișcări de rulări cu obiecte. • Regulile instruirii exercițiilor cu obiecte. 				
3	<p>Bazele tehnicii instruirii exercițiilor cu obiecte (coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Caracteristica generală, istoria apariției exercițiilor cu obiecte. • Regulile instruirii exercițiilor cu obiecte. • Tehnica instruirii și clasificarea exercițiilor cu coarda. • Tehnica instruirii și clasificarea exercițiilor cu cerc. • Tehnica instruirii și clasificarea exercițiilor cu mingea. • Tehnica instruirii și clasificarea exercițiilor cu măciuci. <p>Tehnica instruirii și clasificarea exercițiilor cu panglica.</p>	56	8	20	28
4	<p>Bazele tehnicii alcătuirii compozițiilor competiționale.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definiții de bază în pregătire compozițional de executare a gimnastelor. • Obiectivele pregătirii compozițional de executare a gimnastelor. • Stilurile compozițiilor competiționale. <p>Elemente fundamentale și nefundamentale ce alcătuiesc compoziții competiționale.</p>	28	4	10	14
5	<p>Bazele teoretice a lecției de gimnastica ritmică</p> <ul style="list-style-type: none"> • Definiția structurii tradiționale și fragmentare a lecției în gimnastica ritmică. • Structura și conținutul lecției tradiționale de gimnastica ritmică. <p>Structura și conținutul lecției fragmentare de gimnastica ritmică.</p>	20	4	6	10
Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de</p>				

	<p>realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Educația ritmică muzicală”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2001. 2. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2002. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 4. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинев: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 5. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с. 6. Ротерс, Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие/ Т.Т. Ротерс. Москва: Просвещение, 1989. 6-8 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22/ 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese - II BTPSA – II (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O. 19	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese – II,, (gimnastica ritmică) este o componentă indispensabilă a planului de studii pentru pregătirea studenților la specialitatea „Antrenament sportiv”. Ea se axează pe formarea competențelor necesare pentru pregătirea specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv în proba de gimnastică artistică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar este elaborat în conformitate cu prevederile planului-cadru pentru studii superioare (ciclul I) și se axează pe standardele educative contemporane, realizarea cărora garantează formarea competențelor profesionale de cea mai înaltă calitate.</p> <p>Astfel, obiectivele rezolvate în cadrul cursului/modulului vizează cu prioritate scopul planului de învățământ la programul Antrenament sportiv, care prevede</p>						

	<p>pregătirea profesională a specialiștilor în tendințele contemporane ale dezvoltării domeniului Științe ale sportului pe plan național și internațional.</p> <p>Obiectivele-cheie realizate la disciplina Bazele Tehnicii Probei Sportive Alese – II sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizarea activității instructiv-educative și de formare a specialiștilor cu un nivel înalt de pregătire în teoria și practica probei de gimnastică artistică care corespunde cu standardele de excelență naționale și internaționale. - crearea unui sistem bine corelat de dezvoltare profesională a specialistului în domeniul gimnasticii artistice prin posedarea unui vast potențial pentru formarea capacităților socio-psiho-motrice, a atitudinilor de autoafirmare, autoevaluare și de orientare valorică a personalității. - formarea deprinderilor teoretico-științifice și psihomotrice a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de cunoștințe, competențe și motivații. <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>Programul este conceput pe durata unui semestru la an. II de studii, sem. III, înglobează 180 ore, ceea ce corespunde cu 6 credite. Disciplina este deschisă spre contemporanitate, spre tendințele dezvoltării domeniului științe ale sportului, a specialității Tehnologia antrenamentului sportiv pe plan național și internațional.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea adecvată a teoriilor și rezultatelor cercetărilor relevante în domeniul antrenamentului sportiv în proba de gimnastică artistică, recomandate pentru implementarea în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică artistică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea proiectelor didactice de lungă și de scurtă durată, a planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijare și coordonare a antrenamentului de gimnastică artistică corelând competențe, conținuturi, strategii și tehnologii didactice cu necesitățile fiecărui student. • Dezvoltarea competențelor digitale pentru analiza și cercetarea metodologiilor de predare-învățare-evaluare a bazelor tehnicii, strategiei și sistemelor de pregătire tehnică în proba de gimnastică artistică. • Asigurarea competențelor de proiectare a unor activități prin analiză și gândire critică având drept scop interpretarea și dezvoltarea strategiilor bazate pe utilizarea metodelor inovatoare apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii exercițiilor în gimnastica artistică; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre creativitate, motivație, munca în echipă, etc. în scopul autodezvoltării continue și dezvoltării complexe a antrenorului de gimnastica artistică. • Dezvoltarea abilităților și practicilor de cercetare, de formulare de întrebări privind gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei de gimnastică artistică; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică artistică. • Asigurarea cu cunoștințe despre sănătate și bunăstare, inclusiv despre nutriție, alimentație, mișcare și sănătatea și siguranța publică prin prisma antrenamentelor la gimnastica artistică.
	<p style="text-align: center;">La finalizarea studiilor studentul va obține următoarele competențe:</p> <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p>

Finalități și performanțe la curs/modul

- să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul bazelor tehnicii exercițiilor de gimnastică artistică.
 - să definească conceptele de bază ale exercițiilor din poliathlonul de gimnastică artistică feminină și masculină;
 - să caracterizeze principiile generale și legitățile fizice ale exercițiilor de gimnastică artistică;
 - să caracterizeze și să clasifice tipurile structurale ale exercițiilor la diverse aparate din gimnastica artistică;
 - să aplice strategiile pregătirii sportivilor la gimnastica artistică.
- La nivel de înțelegere și aplicare:**
- să argumenteze statica, dinamica și cinematica exercițiilor din gimnastica artistică;
 - să stabilească structura mișcărilor de balans la aparatele de gimnastică artistică.
 - să stabilească tendințele de dezvoltare a probelor din gimnastica artistică și clasificarea exercițiilor la aparatele de gimnastică.
 - să caracterizeze tipurile structurale ale exercițiilor din poliathlonul de gimnastică.
 - Să explice strategia de pregătire a gimnaștilor la fiecare aparat.
- La nivel de integrare:**
- să explice esența și structura bazelor tehnicii exercițiilor de gimnastică;
 - să poată elabora combinări-model la aparatele de gimnastică în limitele dificultăților diferitor categorii sportive.
 - să îmbine bazele tehnicii probei sportive alese în procesul de pregătire a sportivilor din diverse probe gimnice.
 - să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a gimnaștilor ce practică gimnastica artistică;
 - să respecte particularitățile pregătirii tehnice acestui gen de sport.
 - manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina Bazele tehnicii probei sportive alese II;
 - să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei Bazelor tehnicii probei sportive alese II (gimnastica artistică) în procesul pregătirii gimnaștilor.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	LP	LI
1	Noțiuni privind bazele tehnicii exercițiilor de gimnastică	4	2		2
2.	Bazele generale ale tehnicii exercițiilor de gimnastică	20	4	6	10
2.1,	Principiile generale ale tehnicii. Legitățile fizice ale executării exercițiilor.				
2.2.	Aparatul motric al gimnastului. Structura exercițiilor de balans. Acțiunile motrice.				
3.	Bazele tehnicii exercițiilor libere (la sol)	34	4	10	20
3.1.	Caracteristica probei și tendințele de dezvoltare. Clasificarea și tipurile structurale ale exercițiului.				
3.2.	Bazele tehnicii exercițiilor la sol, strategia pregătirii gimnastului la sol.				
4.	Bazele tehnicii exercițiilor la calul cu mânăre.	22	4	8	10
4.1.	Clasificarea exercițiilor, caracteristica probei.				
4.2.	Strategia pregătirii gimnastului la calul cu mânăre.				

	5.	Bazele tehnicii exercițiilor la inele. Caracteristica probei. Clasificarea și tipurile structurale ale exercițiilor la inele. 5.1. Strategia pregătirii gimnastului la inele. 5.2.	22	4	8	10
	6.	Bazele tehnicii săriturilor cu sprijin Caracteristica probei. Clasificarea și tipurile structurale ale săriturilor cu sprijin 6.1. Strategia pregătirii gimnastului la săriturile cu sprijin. 6.2.	22	4	8	10
	7.	Bazele tehnicii exercițiilor la paralele/paralele inegale. 7.1. Caracteristica probei. Clasificarea și tipurile structurale ale exercițiilor la paralele/paralele inegale. 7.2. Strategia pregătirii gimnastului la paralele/paralele inegale.	28	4	10	14
	8.	Bazele tehnicii exercițiilor la bara fixă/bârnă. Caracteristica probei. Clasificarea și tipurile structurale ale exercițiilor la bara fixă/bârnă. Strategia pregătirii gimnastului la bara fixă/bârnă.	28	4	10	14
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretică și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte, pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportunității a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate</p>					

	<p>în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin câteva subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013.</p> <p>2. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciou. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332.</p> <p>3. Grimalschi T., Baciou Gh. Protecția muncii în educația fizică și sport, Chișinău: Universitas, 1999. 78 p.</p> <p>11. Grimalschi T. Curs universitar de gimnastică //Ghid metodologic, Chișinău: Universitas, 1999. 86 p.</p> <p>12. Grimalschi T. Tehnologia proiectării obiectivelor pedagogice în contextul învățământului curricular, Chișinău: Reclama, 2005. 20 p.</p> <p>13. Filipenco E., Buftea V. Gimnastica. Bazele tehnicii probei sportive alese – BTPSA I. Curs universitar pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 112 p. ISBN 978-9975-68-288-6.</p> <p>14. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1.</p> <p style="text-align: center;">◆◆◆</p> <p>15. Гимнастическое многоборье. Женские виды. Под. ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1986. 336с.</p> <p>16. Гимнастическое многоборье. Мужские виды. Под. Ред. Гавердовского Ю.К., М.: Физкультура и спорт, 1987. 480 с.</p> <p>17. Палыга В.Д. Гимнастика. Учеб. пособие для студентов фак. физ. воспитания пед. ин-тов по спец. № 2114. Физическое воспитание, М.: Просвещение, 1982. 288 с.</p> <p>18. Спортивная гимнастика. Под. общ. ред. Ю.К. Гавердовского и В.М. Смолевского, М.: Физкультура и спорт, 1979. 327 с.</p> <p>Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с: Учеб. пособие/ Т.Т. Ротерс. Москва: Просвещение, 1989. 6-8 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova

str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22/ 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Management și legislație în educație fizică și sport					
Titularul cursului		Volcu Irina, dr. în științe pedagogice, lector universitar					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 03 O. 20	Anul	II	Semestrul	3
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Management și legislație în educație fizică și sport” vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Această disciplină este prevăzută, conform planului de învățământ și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților – finalitate prevăzută în Codul Educației al Republicii Moldova.</p> <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților, pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul I academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților manageriale, de consolidare și inovare, cât și inițierea în practicarea unor discipline practice.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ competențe de utilizare a conceptelor specifice și principiilor fundamentale ale științei managementului sportiv; ➤ competențe referitoare la descrierea principalelor concepte, teorii, metodologii și proceduri utilizate în organizarea și funcționarea organizațiilor sportive; ➤ competențe de aplicare a tehnicilor de relaționare în grup, deprindere și exercitare a rolurilor specifice în munca în echipă, prin dezvoltarea abilităților de comunicare managerială și interpersonală. ➤ Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acesteia la organele competente; ➤ Insușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea sportivă; ➤ Capacitatea de adaptare la medii concurențiale aflate în continuă schimbare. ➤ Capacitatea de proiectare, elaborare și implementare a strategiilor economice și manageriale pentru rentabilizarea organizațiilor sportive. ➤ Capacitatea de adoptare a deciziilor manageriale în diferite stări ale condițiilor obiective. ➤ Abilități de leadership la nivel organizațional. ➤ Abilitatea de a lucra în echipă, de a antrena și motiva angajații și de a gestiona conflictele la nivel organizațional. ➤ Capacitatea de a conduce: unități școlare, structuri ale administrației publice de specialitate centralizate și deconcentrate, structuri și baze sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă riguroasă, eficientă și responsabilă ✓ Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei ✓ Aplicarea și interpretarea legislației sportive. ✓ Capacitatea de a îndeplini atribuțiile de manager la diferite niveluri ale unei organizații ✓ Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte dintre cele mai diverse. ✓ Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv și constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească conceptul de management sportiv; - să definească sistemul de management al organizației sportive; - să cunoască și să realizeze unele soluții creative ale problemelor subsistemelor din cadrul organizațiilor sportive vizate atât nivelul strategic, cât și tactic/ operațional al managementului; - să cunoască obiectivele Politica Uniunii Europene în domeniul educației și tineretului - să menționeze în ce constă colaborarea federației de profil cu autoritatea publică administrativă centrală; - să definească și să înțeleagă funcțiile MRU; - să acumuleze cunoștințe cu privire la conflictele de muncă și a metodelor de rezolvare a acestora; - să cunoască și să interpreteze legislația cu privire la salarizarea muncii în domeniul de referință; - să cunoască și să prezinte rolul managerilor în performanțele organizației sportive care este ; - să cunoască actele normative naționale și internaționale ce reglementează sportul; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să prezinte sensurile managementului; - să prezinte principalele școli de management ; - să prezinte și să caracterizeze principalele Structuri sportive din Republica

	<p>Moldova;</p> <ul style="list-style-type: none"> - să interpreteze și să aplice baza legală de funcționare și administrare a unei structuri sportive; - să identifice și să prezinte elementele definiției ale managementului sistemului național de educație fizică și sport; - să concretizeze specificul structurilor organizatorice în management; - să prezinte componentele activităților specifice categoriilor de personal angajat în organizațiile sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să concretizeze care sunt principiile de management. - să prezinte organizarea, ca proces de diviziune a muncii. - să caracterizeze și să realizeze profilul managerului sportiv; - interpreteze actele normative din domeniul de referință; - soluționeze critic și inovativ spețe din practica juridică sportivă; - cunoască principalele documente directoare ale Uniunii Europene în domeniul sportului; - identifice structurile responsabile cu sportul în Uniunea Europeană și să stabilească competența acestora. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
	Total		Curs	Seminar	LI	
	1	Fundamente teoretice ale managementului	8	2	2	4
	2	Sistemul de management al organizației sportive. Politica europeană în domeniul educației	8	2	2	4
	3	Organizațiile sportive. Structuri organizatorice în management	14	4	4	6
	4	Activitatea profesională a resurselor umane din domeniul educației fizice și sport	14	4	4	6
	5	Managementul financiar și finanțarea sportului în republica moldova	10	2	2	6
	6	Managementul schimbării	10	2	2	6
	7	Decizia managerială și procesul de luare a deciziilor	8	2	2	4
	8	Managementul comunicării. Comunicația în sport	8	2	2	4
	9	Timpul, resursă importantă în management	8	2	2	4
	10	Metode de conducere moderne	8	2	2	4
	11	Controlul managerial	8	2	2	4
12	Legislație sportivă națională și internațională	16	4	4	8	
Total :		120	30	30	60	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategia didactică la disciplina „Management și legislație în educație fizică și sport” se va orienta după realitatea că studenții au nivel diferit de pregătire din punct de vedere intelectual. Aceasta cere o atenție deosebită privind selectarea conținutului instruirii, ajutând studenții în realizarea capacităților, creându-se condiții favorabile pentru formarea optimală a competențelor planificate.</p> <p>Proiectarea didactică la disciplina studiată va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive, psihomotrice și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta</p>					

	<p>structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Va fi necesară și o abordare metodico-științifică a strategiei didactice ca proces și ca produs. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare</i> se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritimizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>											
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Activitatea evaluativă va fi eșalonată în <i>curentă și finală</i>, incluzând o totalitate de procedee și instrumente, care aplicate pe parcursul și la sfârșitul semestrului de studii, permit măsurarea rezultatelor învățării bazate pe competențe generale și specifice disciplinei. Forma de evaluare finală o reprezintă examenul oral bazat pe bilete de evaluare .</p> <p>Evaluarea finală – desfășurată la sfârșitul semestrului se finalizează în conformitate cu standardele de competență și cu susținerea examenului planificat conform orarului de către Decanatul Facultății Pedagogie din cadrul USEFS.</p> <p>Pentru a asigura evaluarea performanțelor academice vor funcționa diverse tipuri de activități:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluarea independentă a competențelor; - evaluarea colectivă (a echipei de studenți); - evaluarea în cadrul activităților practice de instruire organizate în procesul instructiv educativ în mediul academic sau realizat în condiții la domiciliu. Participarea activă la concursuri didactice, competiții sportive, alte activități de valoare, precum conferințele științifice organizate la nivel universitar. 											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budevici Puiu L., Manolachi V. Management și legislație în educația fizică și sport. – Curs universitar, Chișinău, USEFS, 2016. 2. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 2012 3. Budevici A. Management în educație fizică și sport. – Iași, 2000. 4. Bădescu A., Mirci C., Bögge G. Managementul resurselor umane. Manualul 5. Dragos P.F. Management în sport, Oradea, 2014. 6. Manolachi V. Managementul și dezvoltarea durabilă a sportului, Ed.USEFS, Chișinău, 2016. 7. Voicu A.V. Legislație și management în educație fizică și sport. Ed. Inter-Tonic, Cluj-Napoca, 1995. – P.86-93. 8. Voicu A.V. Managementul organizațiilor și activității sportive. – Clij Napoca, Risoprint, 1998 9. profesionistului Timișoara : Brumar, 2008. 10. Legea nr.330 cu privire la cultura fizică și sport, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 25.03.1999 											

Data completării: 01.09.2021

Volcu Irina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova

str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22/ 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Evoluția managerială în sport					
Titularul cursului		Budevici-Puiu Anatolie, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 03 O. 21	Anul II		Semestrul III	
Nr. credite	4	Limbă de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		60	Studiu individual		Totaluri pe semestru		
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI – lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30		60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Evoluția managementului în sport” este parte aplicată a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Culturii Fizice și Sportului (CFS), în cadrul facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului aplicat, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul CFS capabili de a utiliza cunoștințele și abilitățile manageriale în cadrul activităților turistice desfășurate cu diverse contingente de aplicat;• obiectivele cadru ale învățământului aplicat ce prevăd crearea unui aplicat stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul CFS prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodelor și instrumentelor manageriale aplicat sportive, care-l vor ajuta în timpul activității sale						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra în aplicarea în cadrul aplicat și aplicat prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor aplicate și aplicat.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor aplicat.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina aplicat în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, aplicat îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul CFS.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ competențe de utilizare a conceptelor aplicat și principiilor fundamentale ale științei managementului aplicat; ➤ competențe referitoare la descrierea principalelor aplica, teorii, metodologii și aplicate utilizate în organizarea și funcționarea organizațiilor sportive; ➤ competențe privitoare la formularea de ipoteze și operaționalizarea conceptelor cheie și principiilor fundamentale pentru explicarea și interpretarea proceselor și fenomenelor cu care se confruntă sistemul culturii fizice aplicat și aplicate; ➤ competențe aplicat de aplicare a principiilor și metodelor de bază ale domeniului culturii fizice în vederea cercetării unui aspect de complexitate medie din funcționarea unei aplicate sportive; ➤ competențe privitoare la îndeplinirea în termen, într-un mod riguros, aplicate și responsabil, a obligațiilor profesionale, cu respectarea principiilor etice și a deontologiei profesionale; ➤ competențe de aplicare a tehnicilor de relaționare în grup, deprindere și exercitare a rolurilor aplicat în munca în echipă, prin dezvoltarea abilităților de comunicare managerială și interpersonală. ➤ Cunoștințe aplicate, legale cu aplica la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acesteia la aplicate competente; ➤ Insușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea aplicat; ➤ Capacitatea de adaptare la medii concurențiale aflate în continuă schimbare. ➤ Capacitatea de proiectare, elaborare și implementare a strategiilor economice și manageriale pentru rentabilizarea organizațiilor sportive. ➤ Capacitatea de adoptare a deciziilor manageriale în diferite stări ale condițiilor obiective. ➤ Abilități de leadership la nivel organizațional. ➤ Abilitatea de a lucra în echipă, de a antrena și motiva angajații și de a gestiona conflictele la nivel organizațional. <p>Capacitatea de a conduce: unități școlare, aplicate ale administrației publice de specialitate centralizate și deconcentrate, aplicate și baze sportive.</p> <p align="center">Competențe aplicate:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplicarea principiilor, normelor și valorilor etice profesionale în cadrul propriei strategii de munca riguroasă, eficientă și responsabilă ✓ Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei ✓ Aplicarea și interpretarea legislației sportive.

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Capacitatea de a îndeplini atribuțiile de manager la diferite niveluri ale unei organizații ✓ Capacitatea de a aplica creativ metodele și tehnicile de cercetare specifice științei sportului și științei managementului. ✓ Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte dintre cele mai diverse. ✓ Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv și constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute. ✓ Utilizarea tehnicii de calcul moderne. ✓ Capacitatea de a înțelege și de a respecta imperativele de legalitate, deontologie și eficiență ale profesiei. <p>Comunicarea scrisă și orală în scop profesional într-o limbă de circulație internațională și deprinderea de a lucra eficient în contexte culturale diferite</p>				
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei EMS, precum: management în general și management 162pplicat în particular, școli, curente, metode și stiluri manageriale, etc.; ▪ să identifice tipurile Organizații de Cultură Fizică și Sport (OCFS); ▪ să caracterizeze funcțiile managementului în sport; ▪ să identifice etapele de creare, organizare și înregistrare al unei OCFS; ▪ să caracterizeze procesul gestionare al unei OCFS. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine metodele și procedeele manageriale; ▪ să elaboreze un plan activitate al unei OCFS; ▪ să analizeze și să explice specificul managementului în domeniul sportului ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile 162pplicate162, în timpul practicii manageriale. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura managementului 162pplicat; ▪ să îmbine cunoștințele teoretice manageriale cu activitatea practică; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru activitatea unei OCFS ▪ să respecte particularitățile managementului în domeniul sportului. 				
<p align="center">Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">CONȚINUTURI DIDACTICE</p>	NR.ORE ALOCATE			
		contact direct			
		Total	Curs	Seminar	LI
	Tema 1. Conținutul managementului contemporan		2	2	4
	Tema 2. Evoluția managementului științific		2	2	4
	Tema 3. OCFS – 162pplic social deschis		4	4	6

	<i>Tema 4. Specificul activității manageriale. Cerințele înaintate față de competența profesională al unui manager.</i>		4	4	6
	<i>Tema 5. Legislația, principalele principii și legități în managementul CFS</i>		2	2	6
	<i>Tema 6. Scopurile și obiectivele unei OCFS</i>		2	2	6
	<i>Tema 7. Funcțiile managementului aplicat</i>		2	2	4
	<i>Tema 8. Metodele manageriale în domeniul CFS</i>		2	2	4
	<i>Tema 9. Stilurile manageriale în dirijarea OCFS</i>		2	2	4
	<i>Tema 10. Procesul de dirijare în domeniul CFS</i>		2	2	4
	<i>Tema 11. Structura organizațională a conducerii în domeniul CFS</i>		2	2	4
	<i>Tema 12. Asigurarea informațională a managementului aplicat</i>		4	4	8
	Total:		30	30	60

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs aplicat – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, aplicate în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, aplica, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>											
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota pentru evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota pentru lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota pentru evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota pentru lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budevici Puiu L., Manolachi V. Management și legislație în educația fizică și sport. – Curs universitar, Chișinău, USEFS, 2016. 2. Budevici Puiu L. Legislație sportivă națională și internațională.- Note de curs, Chișinău: Valinex, 2012. 3. Budevici A. Management în educație fizică și sport. – Iași, 2000. 4. Bădescu A., Mirci C., Bögge G. Managementul resurselor umane. Manualul 5. Cușneriov A., Savin A., Managementul organizațiilor de cultură fizică și sport, Chișinău 2013, 183 p. 6. Dragos P.F. Management în sport, Oradea, 2014. 7. Manolachi V. Managementul și dezvoltarea durabilă a sportului, Ed.USEFS, Chișinău, 2016. 8. Voicu A.V. Legislație și management în educație fizică și sport. Ed. Inter-Tonic, Cluj-Napoca, 1995. p. 86-93. 9. Voicu A.V. Managementul organizațiilor și activității sportive. – Cluj Napoca, Risoprint, 1998. 											

10. Legea nr.330 cu privire la cultura fizică și sport, Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr.83 -86 din 25.03.1999.
11. Трудовой кодексе Республики Молдова. С поправкой, внесенной М.О. № 204-207 от 269.09.2003 г. Закон Республики Молдова N 154-XV от 28 марта 2003 года (Monitorul Oficial N 159-162 от 29 июля 2003 года).
12. Быков А.В. Качества личности руководителя и успех деятельности. – М: Изд-во УРАО, 2001.
13. Виханский О., Наумов А. Менеджмент: человек, стратегия, организация, процесс: Учебник – М.: Гардарики, 1996.
14. Вудкок М., Френсис Д., Раскрепощенный менеджер.- М.: Дело, 1991.
15. Галкин В. В., Сысоев В. И. Экономика физической культуры и спорта: Учеб. Пособие. — Воронеж, 2003.
16. Гуськов СИ. Менеджмент и маркетинг спортивных и физкультурно-оздоровительных услуг: практические рекомендации из зарубежного опыта / ВНИИФКС. М., 1994.
17. Евланов Л. Теория и практика принятия решений. М.: Экономика, 1984.
18. Жолдак В. И. [Основы менеджмента в спорте и туризме. Том 1-3.](#)
19. Золотов М. И., Кузин В. В., Кутепов М.Е., Сейранов С. Г. Менеджмент и экономика физической культуры и спорта/ Учебное пособие М.: Академия 2005.
20. Кушнерёв А.Г. Курс лекций по дисциплине „Теоретические основы управления физической культурой и спортом” для студентов всех специ Кишинёв: НИФВиС, 2006, с.73.
21. Кушнерёв А. Совершенствование управления профильной спортивной федерацией, ГУФВиС РМ. – К.: Primex-Com SRL, 2008, 137 с.
22. Кушнерёв А. Управление персоналом физкультурно-спортивной организации, ГУФВиС РМ. – К.: Primex-Com SRL., 2008, 151 с.
23. Кушнерёв А.Г. Теоретические основы управления в сфере физической культу и спорта (Учебник)/ Государственный университет физического воспитания и Республики Молдова. – Кишинёв: Б. и., 2013 (Tipogr. «Primex-Com»).
24. Лебедев О.Т., Каньковская А.Р. Основы менеджмента / Учебн. Пособ. Под ред. эконом. Наук, проф. О.Т. Лебедева. - С.Пб.: ИД «МиМ», 1997.
25. Мескон М.Х., Альберт М., Хедоури Ф. Основы менеджмента. Пер. с англ. М.: ,
26. Настольная книга спортивного менеджера: Справочное пособие / Авт.-сост.: М В.В.Кузин, М.Е.Кутепов, С.Г.Сейранов. – М., 1997.
27. Организационные структуры управления производством / Под ред. Б.З. Мил Мысль, 1975.
28. Переверзин И. И. Менеджмент спортивной организации. — М., 1998.
29. Предпринимательство: Учебник для вузов / Под ред. Проф. В.Я. Горфинкеля Поляка и др. – М.: Банки и биржи, ЮНИТИ, 1989.
30. Переверзин И. И. Искусство спортивного менеджмента.: М.-«Советский спорт» 2
31. Управление физической культурой и спортом: Учеб. Для ин-тов физ. Культ./ И.И., Бугров Н.Н., Вилькин Я.Р. и др. – М.: Физкультура и спорт, 1987. - 288 с.
32. Управление организацией: Учебник / Под ред. А.Г. Поршнева и др. М.: ИНФРА



Universitatea de Stat

de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 0/22/ 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 022 31-05-87
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL II Semestrul 4

Programul de studii								<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>							
Denumirea cursului				Ergofiziologia				Titularu cursului				Gîrlea Natalia, asistent universitar			
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 04 O.22	Anul	II	Semestrul	4	Nr.credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare		Ex.	
Ore de contact direct	45		Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90								
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F								
Catedra	Medicină Sportivă		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI – lucrul individual, P-prelegeri)												
e-mail	catedra- medicinasportiva @mail.ru		Total	C	S	L/P	LI								
			90	15		30	90								
Nota de prezentare	<p>Ergofiziologia, este parte 166pplicate a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul „Antrenament Sportiv”, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Ergofiziologia este o ramură a fiziologiei generale. Conținutul acestui curs este fiziologia activității musculare și în particular a activității sportive. Efortul prezintă o încordare voluntară a puterilor fizice și psihice ale organismului în vederea obținerii unui randament superior celui obișnuit.</p> <p>Viitorii specialiști trebuie să cunoască mecanismele de desfășurare a reacțiilor fiziologice ale organismului sportivilor, care practică diferite probe sportive, particularitățile adaptării organismului la diferite modificări ale mediului 166pplica. Aceste cunoștințe vor contribui la perfecționarea calităților și deprinderilor 166pplica în procesul de antrenament.</p>														

	<p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice induse de antrenamentul anaerob și aerob. 2. Să cunoască posibilitățile neuro-endocrino-metabolice de adaptare la mediul extern, la factorii exogeni. 3. Ilustrarea unor noțiuni teoretice în cadrul lucrărilor practice prin prezentarea a unor experimente clasice (video) și diverse simulări computerizate (predominant interactive); 4. Cunoașterea modificărilor fiziologice I și tardive cauzate de efortul fizic. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor fiind structurate în baza principiilor aplicate.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor 167pplicat.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina Ergofiziologia în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea aprofundată a reperelor teoretice și practice specific antrenamentului 167pplicat . • Capacitatea de a interpreta modul de funcționare al aparatelor și sistemelor din 167pplicate 167 uman. • Capacitatea de a evalua implicarea fiecărei 167pplicate anatomice în buna funcționare a organismului uman și de a face corelații între structurile anatomice-fiziologice. • Capacitatea de a aplica anumite teste de investigare a stării de sănătate sau a tulburărilor funcționale . • Capacitatea de a analiza și interpreta critic variațiile unor parametri biologici și de a identifica factorii care au contribuit la acestea . <p style="text-align: center;">Competențe 167pplicate 167i:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea eficientă a surselor informaționale și a resurselor de comunicare și formare profesională asistată (portaluri Internet, aplicații software de specialitate, baze de date, cursuri on-line etc.). • lucru în echipă • bazele unei atitudini integrative față de cunoștințele și deprinderile dobândite
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să acumuleze informații asupra funcționării normale a organismului, urmând ca pe acest substrat să fie adăugate cunoștințe fundamentale din fiziologie, medicină sportivă, igienă și să cunoască constantele fiziologice, variațiile de vârstă a acestora în corelație cu noile evoluții în cadrul științelor medico-biologice; ▪ Să dezvolte deprinderi în înregistrarea, măsurarea și interpretarea datelor pentru expunerea 167pplic și în scris a constatărilor 167pplica și aprecierea variațiilor fiziologice și individuale; ▪ Să caracterizeze rolul aplicativ al fiziologiei efortului muscular sportiv. ▪ Să definească principiile clasificării exercițiilor fizice. ▪ Să descrie stările organismului în activitatea sportivă. ▪ Argumentarea morfofuncțională a orientării și selecției în sport. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să înregistreze și analizeze parametrii diferitor probe instrumentale (măsurarea presiunii arteriale, electrocardiograma, spirometria, determinarea oxigenului în

	<p>sângele arterial, etc.);</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să determine capacitatea anaerobă a organismului, randamentul cardiac. ▪ Metodele complexe de cercetare a aprovizionării organismului cu oxigen. ▪ Determinarea capacității de efort fizic cu ajutorul testului PWC_{170} ▪ Controlul stării funcționale a analizatorului vestibular. ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile 168pplicate168, în timpul selecției și orientării sportive, . <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să aprecieze importanța ergofiziologiei în 168pplicate168 integrării ei cu disciplinele medico-biologice conexe; ▪ Să aprecieze importanța studierii funcțiilor de reglare și control ale activității organelor, sistemelor de organe și ale interacțiunilor dintre acestea; ▪ Să folosească cunoștințele obținute pentru înțelegerea principiilor dereglărilor funcționale și ale mecanismelor de corijare a acestora; ▪ Să conștientizeze necesitatea de a asimila continuu noi cunoștințe în domeniu antrenamentului sportiv. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Adaptarea la activitatea musculară și rezervele fiziologice ale organismului 1.1. Noțiuni despre adaptarea organismului la diferiți factori ai mediului ambiant.	12	2	4	6
	2	Clasificarea și caracteristica fiziologică a exercițiilor fizice 2.1. Formele de bază ale mișcărilor în exercițiile fizice. Activitatea musculară 168pplic și dinamică.	16	2	6	8
	3	Dinamica stărilor fiziologice a organismului în activitatea 168pplicat 3.1. Fiziologia stării de start.	19	4	6	9
	4	Baze fiziologice ale antrenamentului 168pplicat 4.1. Dezvoltarea deprinderilor și mecanismele lor fiziologice.	14	2	6	6
	5	Rezistența aerobă a femeilor. 5.1. Dependența posibilităților funcționale a organismului de dimensiunile (mărimile) corpului.	14	2	4	8
	6	Baze fiziologice ale educației fizice de asanare 6.1. Caracteristica fiziologică a modului de viață al omului contemporan. Criteriile stării sănătății și argumentarea lor.	15	3	4	8
Total :	90	15	30	45		

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs aplicat – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, rezultatele în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexei N. Antrenamentul sportiv modern. București, 1997. 2. Anghel I. Lucrări de laborator la fiziologia educației fizice și sportului. Cluj-Napoca, 1997 3. Chiorescu M. Fiziologia educației fizice și sportului (curs didactic). Chișinău, 2000 4. Demeter A. Antrenamentul sportivilor. București, 1996. 5. Dragnea C. Mate Teodorescu S. Teoria sportului. București, 2002. 6. Drăgan I. Medicina sportivă. București, 2002. 7. E. Erhan, E.Dudnic – ”Fiziologia Umană” (note de curs), ed. ”Primex-Com”, Chișinău, 2018. 8. Зимкин Н. Физиология человека. Москва 1975 9. Коц И. Спортивная физиология. Москва 1986 10. Платонов В. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Киев 1997 11. Mariș A.M., Lupașco V.I., “Evaluarea gradului de antrenament al sportivilor în baza unor indici fiziologici”, Revista „Curierul Medical”, 1993, Nr.2, p.42-45 12. Солоджов А.С., Сологуб Е.Б., „Физиология человека” Москва, 2001. 13. Mruț I.D., Lupașco V.I., „Metoda modificată de determinare a indicilor randamentului de muncă fizică PWC₁₇₀ (V) PWC₁₇₀ (V) înătorilor cu aplicarea 	

	<p>eforturilor specifice”. Chişinău 2015. 204p.</p> <p>14. Honceriu Cezar. Fiziologia efortului fizic. Ed. PIM, Iaşi 2014.</p> <p>15. Haulica, Fiziologie umana, Ed. Medicala Bucuresti, 2007.</p> <p>16. Gîrlea N., Tataru A., Определение энергетического метаболизма мышечной деятельности, Congresului Ştiinţific Internaţional "Sport. Olimpism. Sănătate", ediţia a II-a, 26-28 octombrie, 2017, U.S.E.F.S. Chişinău.</p> <p>17. Лупашко В., Солоненко Г. Сравнительный анализ параметров подготовленности спортсменов водных видов спорта, обусловленных возрастом и полом. Conferinţa Ştiinţifico-practică „Personalitate şi sport: Teorie. Metodologie. Practică”, Ediţia a IV-a, la 17 mai 2019. Chişinău, Institutul de Relaţii Internaţionale din Moldova.</p> <p>18. Walter F. Boron, Fiziologie medical. Ed. 3, Bucureşti, 2017.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Gîrlea Natalia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 022 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Teoria și metodologia antrenamentului sportiv					
Titularul cursului		Triboi Vasile, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O.23	Anul	II	Semestrul	4
Nr. Credite	2	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Bazele teoretice ale culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btfc@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	45	30	-	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina “Teoria și metodologia antrenamentului sportiv” se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil specializat, care asigură pregătirea multilaterală a studenților Facultății de Sport cu cunoștințe teoretico-metodice și deprinderi practice specifice activității ulterioare a specialistului din antrenamentul sportiv. Astfel, se realizează compatibilitatea Curriculumului cu strategiile europene din domeniul seduației fizice și sportului, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Obiectivele specifice, care au un grad de generalitate, fiind orientate spre:</p> <ul style="list-style-type: none">- formarea la studenți unui sistem integrativ de cunoștințe teoretice, priceperi și deprinderi speciale necesare viitorilor specialiști în domeniul educației fizice sub aspect organizatoric, constructiv, comunicativ, gnostic și motric;						

	<p>- formarea măiestriei profesional – pedagogice a specialistului contemporan în baza sistemului curricular de predare – învățare – evaluare cu orientare la modelul școlii superioare în perspectivă;</p> <p>- formarea unor cunoștințe metodologice speciale cu privire la organizarea și desfășurarea activităților de educație fizice la nivelul învățământului preuniversitar, universitar și alte contingente de populație, priceperilor și deprinderilor de cercetare științifică în cadrul procesului instructiv – educativ și practicii pedagogice;</p> <p>- formarea motivației pentru un mod de viață sănătos în practicarea sistematică a exercițiilor fizice.</p> <p>Obiectivele de referință, care spre deosebire de cele cadru (generale) sunt elaborate pentru fiecare temă în parte.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Acestea precizează rezultatele așteptate de la studenți în procesul de instruire, urmărind progrese în achiziții de cunoștințe și capacități de la o temă la alta, pe baza respectării principiilor metodice de instruire. ➤ De modul în care se realizează aceste obiective depind finalitățile și standardele de performanță finale ale programei în vigoare. ➤ Prin realizarea obiectivelor curriculare se dezvoltă un nou ciclu de competențe, deprinderi și abilități care se întemeiază pe achizițiile competențelor-cheie dobândite.
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Competențele specifice specialistului din domeniul culturii fizice cu specializarea Antrenamentul sportiv pe care trebuie să le dovedească în procesul de predare-învățare-evaluare și care vor fi dezvoltate pe tot parcursul activității profesionale, sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizarea conținuturilor științifice ale disciplinei Teoria și metodologia antrenamentului sportiv; • Utilizarea și interpretarea informației provenite din teoria și metodică disciplinei; • Utilizarea adecvată a terminologiei și conceptelor din domeniul Teoria și metodologia antrenamentului sportiv; • Înțelegerea principiilor specifice teoriei educației fizice; • Formarea unor concepte și valori fundamentale privind efortul fizic și influența anatomo-fiziologică a acestuia asupra organismului uman. • Dezvoltarea calităților motrice de bază, funcționale, aplicative, volitive și estetice prin intermediul practicării sistematice a unor probe de sport; • Construirea unor demersuri didactice interactive prin adecvarea strategiilor la conținuturi; • Utilizarea competentă a documentelor reglatoare ce asigură organizarea diferitor forme de competiții în cadrul unor activități curriculare și extra curriculare; • Proiectarea conținuturilor instruirii, organizarea corespunzătoare a activităților didactice și realizarea evaluării competențelor dobândite de elevi; • Adecvarea demersurilor didactice la particularitățile de vârstă, sex, și nivel de pregătire ale diferitor contingente de subiecți la condițiile materiale; • Construirea unui climat educativ interactiv, de cooperare, stimulat, cu scopul creșterii eficienței rezultatelor activităților didactice; • Înțelegerea aspectelor de ordin legislativ ale activității sale, drepturile legale ale elevilor și părinților, propriile sale drepturi și responsabilități; • Cunoașterea criteriilor de evaluare a activității sale și integrarea acestora în conceperea și realizarea activității didactice. • Formarea calităților de personalitate, a comportamentului civilizat, a deprinderilor comunicative și de interacțiune socială. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Competențele-cheie stipulate în curriculum răspund concepției dezvoltării sistemului de învățământ obligatoriu la nivel național și internațional. Asigură studenților cunoștințe, capacități și atitudini cuprinse în standardele europene. Ariile curriculare cuprinse în planul-cadru de învățământ cuprinde domenii de competențe-cheie stabilite la nivel european, respectiv: <ul style="list-style-type: none"> • 1. Competențe de predare- învățare-evaluare. • 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat și de comunicare într-o limbă străină. • 3. Competențe de bază în educație fizică și sport. • 4. Competențe acțional-strategice de aplicare a tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) în domeniul culturii fizice. • 5. Competențe interpersonale, civile, morale . • 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare. • 7 Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) specifice fenomenului antrenamentului sportiv. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască terminologia specifică, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorilor care va fi convertită, în procesul însușirii, în cunoștințe necesare, aplicate în procesul autoinstruirii și transferul acestora sportivilor; * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul teoriei antrenamentului sportiv precum și tendințele de dezvoltare ale acestora. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de a transfera cunoștințele științifice generale în domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv; * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor; * să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul culturii fizice și sportului; * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniu teoriei antrenamentului sportiv, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor specifice procesului de pregătire a sportivilor. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne; * să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta de cercetare în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul general de studiu „Științe ale sportului,,. 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Definiția educației fizice. Funcțiile educației fizice.	4	2	2	4
	2	Scopul și obiectivele educației fizice. Contribuția educației fizice la îndeplinirea obiectivelor educației generale	4	2	2	4
	3	Definiția și funcțiile metodelor didactice. Clasificarea metodelor didactice. Metodele de predare.	4	2	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	4	Metodele verbale. Metodele intuitive (nonverbale). Metodele de învățare. Exersarea. Problematizarea. Metoda studiului individual.	4	2	2	4	
	5	Metode de proiectare ce ajută predarea - învățarea. Modelarea. Instruirea programată. Algoritmizarea. Metode de evaluare a procesului instructiv educativ.	4	2	2	4	
	6	Metodele de refacere a capacității de efort. Metodele de corectare a greșelilor de execuție. Metodele de asigurare și sprijin.	4	2	2	4	
	7	Conceptul de predare. Stilurile de predare. Comunicarea în educație fizică. Ascultarea în educație fizică. Trăsăturile și aptitudinile profesorului de educație fizică. Dinamica procesului de predare în educație fizică. Planificarea conținuturilor de predare a lecțiilor.	4	2	2	4	
	8	Organizarea predării. Conducerea lecției. Evaluarea lecției. Reglarea celor patru operații ale procesului de predare – învățare	4	2	2	4	
	9	Conceptul de învățare. Tipurile de învățare. Stilurile de învățare motrică. Etapele învățării motrice. Informarea și formarea-unitatea învățării.	4	2	2	4	
	10	Învățarea proces și produs în funcție de diverși factori. Învățarea motrică în educația fizică. Rolul memoriei în învățarea motrică.	4	2	2	4	
	11	Metodele de evaluare și verificare. Metodele de evaluare tradiționale. Metodele de evaluare complementar.	4	2	2	4	
	12	Criteriile de evaluare a rezultatelor școlare. Operațiile evaluării.	4	2	2	4	
	13	Greșelile evaluării școlare și factorii perturbatori în evaluarea didactică.	4	2	2	4	
	14	Clasificarea mijloacelor folosite în desfășurarea activității de educație fizică.	4	2	2	4	
	15	Mijloacele didactice specifice educației fizice. Exercițiul fizic. Mijloacele ajutoare educației fizice. Mijloacele didactice nespecifice educației fizice.	4	2	2	4	
	Total :			60	30	30	60
	Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și					

	<p>aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p> <p>Metodele de învățământ se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media).</p> <p>Sugestiile metodologice sânt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor– student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a educației fizice.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două referate</i> prezentate Power Point, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Josanu Efim, Cartea Jocurilor Olimpice: Cronici, Portrete, Reflecții, Ch., SA „Tipografia Reclama”,2008, 640 p. Homenkov L.S. Manual pentru antrenorii de atletism. ”Физкультура и спорт”, București, „Editura Sport-Turism”, 1977, p. Manolachi V. Sporturi de luptă – teorie și metodică (luptele libere, greco-romane, judo.Institutul Național de Educație Fizică și Sport, Ch.F.E.P. „Tipografia Centrală”, 2003, 400 p. Manolachi V., Hantău I. Pregătirea fizică a judocanelor de performanță: – Chișinău: LYCEUM, 2000. 200 p. 	

	<p>5. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași : PIM, 2013. 373 p.</p> <p>6. Булатова М.М., Платонов В.Н. Спортсмен в различных климатико-географических и погодных условиях. – К.: Олимпийская литература, 1996. – 177 с.</p> <p>7. Бондарчук А.П. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. – М.: Олимпия пресс, 2007. 272 с.</p> <p>8. Иванков Ч.Т. Методические основы теории физической культуры и спорта. –М.: «ИНСАН», 2005. – 368 с.</p> <p>9. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 424с.</p> <p>10. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. – К.: Олимпийская литература, 2003. 392с.</p> <p>11. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / - М.: Советский спорт, 2003. 464 с.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Triboi Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Asigurarea pregătirii tehnico - științifice în proba sportivă aleasă APTȘRSA (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Conohova T., dr. în pedagogie, conf. univ. Sîrghi S., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Tăbîrță V., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 04 O. 24	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, L/ P-M-lecții practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	L/P-M	LI		
		180	30	60	90		
Nota de prezentare	Disciplina „Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă (jocurile sportive)”, se adresează studenților USEFS din anii în care cuprinse în planul de învățământ această disciplină didactică, dar și specialiștilor interesați de problemele specifice în domeniul jocurilor sportive. Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul jocurilor sportive și a sportului.						

	<p>Curriculumul a fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat istorie, cultură fizică, sport, bazele și teoriile metodicii de antrenament sportiv și cu specificul jocurilor sportive, elemente fundamentale ale tehnicii și tacticii jocurilor sportive, principii, caracteristici, cerințe, metode, mijloace și structurări ale antrenamentului.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării sportive-social-economice.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului din domeniul jocurilor sportive, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul educației fizice și sportului capabili de a utiliza elementele de ordin tehnico-științific în cadrul activităților de antrenorat desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului superior în jocuri sportive ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul pedagogic, prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea specificului și aplicarea a noilor metode științifice în practica cotidiană ale antrenorului, care va asigura buna desfășurare a procesului de învățământ; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 4, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul jocurilor sportive</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretico-științifice în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și grupuri de jocuri sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a procesului de antrenament sportiv de lungă durată; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire la disciplina "Jocuri sportive"; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor științifice și izolaționiste apărute în domeniul jocurilor sportive; • Susținerea și promovarea planificării antrenamentelor sportive și valorificării rezultatelor acumulate de sportivi, aplicând formele și metodele științifice specifice probei practicate; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu specificul jocului sportiv; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele competiționale moderne în ceea ce privește secțiile și</p>

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">grupurile de jocuri sportive.</p> <p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei APTȘPSA; ▪ să identifice metodele științifice care se aplică în procesul de antrenament sportiv cu jucători; ▪ să caracterizeze formele principale ale cercetării științifice în domeniul educației fizice și sportului; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a cercetărilor pedagogice; ▪ să identifice normele specifice ale verificării pregătirii sportive la jucători; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică jocuri sportive. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine formele și procedeele de valorificare a pregătirii sportive în jocuri; ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică jocuri sportive; ▪ să analizeze și să explice pregătirea specifică a jucătorului; ▪ să determine principiile selectării, planificării, aplicării ale metodelor științifice în valorificarea pregătirii tehnice ale jucătorilor; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul procesului de antrenament cu jucători de înaltă performanță, dar și în grupele cu diferite categorii de sportivi. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura organizării și asigurării a pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă ; ▪ să îmbine cunoștințele specifice acumulate în procesul de pregătire a jucătorilor; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea specială a jucătorului ce practică jocuri sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
	<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Numărul de ore	
1		Metodologia generală și particulară a științelor.	6	2		4
2		Tehnici și procedeele de cercetare. Educația fizică și sportului ca știință.	6	2	2	2
3		Etapele formării științei activității corporale	8	2	2	4
4		Rolul ipotezei în cercetarea științifică	6	2	2	2
5		Metodele de cercetare în domeniul jocurilor sportive	14	4	6	4
6		Metoda chestionarului. Metoda anchetei. Metoda observației. Metoda studiului de caz.	20	2	8	10
7		Tehnici cinematice, fotografice și cinematografice în jocurile sportive	14	2	6	6
8		Metodologia folosirii tehnologiilor în domeniul cercetării activităților corporale în jocuri sportive	14	2	6	6
9		Metodele statistico-matematice aplicate în cercetarea științifică a jucătorilor	18	2	8	8
10		Tehnica documentării în cercetarea științifică efectuată în domeniul jocurilor sportive	18	2	4	12
11		Organizarea și managementul proiectelor de cercetare științifică în cadrul procesului de antrenament sportiv cu jucătorii	22	2	6	14

	12	Conceptii științifice contemporane specifice domeniului jocurilor sportive	14	2	4	8
	13	Funcțiile măsurării în activitatea de cercetare științifică la jucători	10	2	4	4
	14	Evaluarea în cercetarea științifică contemporană în diferite jocuri sportive	10	2	2	6
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, lecții metodice în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Bota, Cornelia – Ergofiziologie, Ed. Globus, București, 2000</p> <p>2. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.</p> <p>3. Enăchescu C. Tratat de teoria cercetării științifice/- Iași, Polirom, 2005. – 420 p.</p> <p>4. Epuran, M. – Metodologia cercetării activităților corporale, Editura FEST, București, 2005</p> <p>5. Cordun, Mariana – Kinantropometrie, Ed. CDPRESE, 2009</p> <p>6. Moscovici C. Buschini F. : “Metodologia Științelor socio - umane”, București 2006</p>					

	<p>7. Brown, Jennifer, W. Trochim, The role of Evaluation in Research–Practice, American Journal of Evaluation 30: 538-553, dec, 2009</p> <p>8. Țapoc V., Carcelea V. Cercetarea științifică/-Chi. Editura Arc, 2008. – 312 p.</p> <p>9. Выдрин В.М. Физическая культура – вид культуры личности и общества. – Омск, 2003.</p> <p>10. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте. Мл - Academia, 2002.</p> <p>11. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodică jocului de volei”. Editura PIM. Iași, 2014, 145p. ISBN-978-606-13-2075-2</p> <p>2.Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9</p> <p>12. Mocrousov, E., Grosul, V. <i>Specific methodological aspects of enhancing the cadet’s athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance.</i> Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0.</p> <p>13. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players.</i> In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6.</p> <p>14. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development.</i> World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723.</p> <p>15. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development,</i> <i>Journal of Sport Sciences Researches</i>, http://dergipark.gov.tr/jssr. Volume 2. Issue 2. December 2017. Manisa. Turkey. ISSN: 2548-0723. p.59-68. DOI:10.25307/jssr.362606.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Mocrousov Elena



**Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport**

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă APTȘRSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Dercacenco I., dr în pedagogie, conf. univ. Grosu V., asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 24	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	Modernizarea curriculumului universitar din învățământul superior și Procesului Bologna prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile curriculumului angajează-consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană pe perioada						

	<p>2015-2021, acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptarea curicului la schimbările intervenite în învățământul european. - Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice la învățarea și consolidarea principalelor elemente specifice ramurei de sport practicate - Însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice ramurei de sport practicate precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare - Utilizarea terminologiei specifice ramurei de sport practicate. - Consolidarea calității proiectării activităților didactice, noilor tehnologii de predare învățare și evaluare. <p>Curriculumul disciplinar APTȘRSA (probe sportive individuale) este elaborat în baza normativelor și cerințelor educaționale de modernizare a învățământului superior și reprezintă un document de planificare a conținuturilor didactice, realizabile în concordanță cu concepția de proiectare a planului de învățământ. APTȘRSA are ca obiectiv, însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice ramurii sportive alese, precum și bagajul minim de cunoștințe.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. 4, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul luptelor.</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe – cheie:</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. Formarea de competențe fundamentale privind activitatea didactică la disciplina APTȘRSA și pregătirea profesională pedagogică a antrenorilor sportivi. 5. Competența de a cunoaște cerințele de elaborare a lucrării științifice; 6. Să organizeze activitatea personală în condiții de aplicare științifică a tehnologiilor de testare a capacităților fizice și stării funcționale al organismului, să-și evalueze evoluția pregătirii fizice și funcționale. 7. Metodica învățării acțiunilor tehnice, formarea calităților atitudinale, de personalitate, de colegialitate, dăruire de sine și responsabilitate, disciplină, sentimentul datoriei. <ul style="list-style-type: none"> • locul de desfășurare a cursului: <ul style="list-style-type: none"> - sala de curs dotată cu aparate de video proiecție; - sala de sport dotată cu saltele, manechin; - sala metodică dotată cu tehnologii speciale. <p style="text-align: center;">Subcomponente psihomotrii:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Educația memoriei operative sub toate forme de manifestare a ei (auditivă, vizuală, motrică, verbală). 2. Formarea deprinderilor de a demonstra și a utiliza dispozitivele de măsurat în RSA. 3. Formarea priceperilor de a selecta testele în sporturile de lupte. 4. Formarea deprinderilor profesional-pedagogice de bază pentru desfășurarea cercetării. 5. Formarea priceperilor de elaborare a anchetelor sociologice. <p style="text-align: center;">Subcompetențe atitudinale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Realizarea sistematică și independentă a obiectivelor lecției și sarcinilor la domiciliu studentului. 4. Activități de formare a calităților de personalitate. 5. Participarea la activități științifice, la studiul și testarea individuală a fenomenelor de pregătire a sportivilor în RSA.
	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să definească noțiuni privind cercetarea științifică; ▪ Să cunoască criteriile și regulile clasificării științelor. ▪ Să cunoască diferite teste pentru aprecierea pregătirii funcționale, fizice, tehnico-tactice. ▪ Să cunoască metoda statistico-matematică.

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Să studieze bibliografia de specialitate. <li align="center">La nivel de înțelegere și aplicare: ▪ Să determine esența tipurilor lucrărilor științifice și metodice. ▪ Să analizeze și aprecieze rolul testelor în RSA. ▪ Să descrie criteriile de apreciere la nota de experți. ▪ Să analizeze și aprecieze regulamentul privind perfectarea tezelor de licență. ▪ Să descrie literatura de specialitate după cerințele înaintate. <li align="center">La nivel de integrare: ▪ Să elaboreze ipoteza și scopul lucrării, după tema aleasă. ▪ Să elaboreze referatul/teza de curs pe tema aleasă, conform cerințelor regulamentului de elaborarea a tezelor de licență. ▪ Să dezvolte deprinderi în analiza și abordarea surselor literare de specialitate; 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1.	Tema 1. Principalele noțiuni privitoare la cercetarea științifică. Tipurile lucrărilor științifice și metodice. Metodica desfășurării cercetărilor științifice în sporturi de lupte. Rolul ipotezei în cercetarea științifică.	30	5	10	15
	2.	Tema 2. Formarea obiectivelor de cercetare pe tema științifică selectată. Metodica elaborării conținutului capitolelor, al concluziilor și al bibliografiei lucrărilor de licență.	30	5	10	15
	3.	Tema 3. Criteriile și regulile clasificării științelor. Selectarea metodelor de cercetare în ramura de sport aleasă. Studiul bibliografic. Alcătuirea listei bibliografice și citarea resurselor de informare.	30	5	10	15
	4	Tema 4. Sondajul de opinie, ancheta. Utilizarea dispozitivelor de măsurat în sport. Elaborarea anchetei sociologice. Tipurile și selectarea testelor în sporturile de lupte.	30	5	10	15
	5	Tema 5. Testarea nivelului pregătirii funcționale. Testarea nivelului pregătirii fizice. Testarea nivelului pregătirii tehnico-tactice și nota de experți.	30	5	10	15
	6	Tema 6. Metoda statistico-matematică de prelucrare a datelor. Metoda tabelară, grafică. Perfectarea tezelor de licență.	30	5	10	15
		Total:	180	30	60	90
T – lecții teoretice; P – lecții practice; I – lucrul individual						
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Strategii didactice</p> <p>Disciplina „APTSRSA” (probe sportive individuale) se formează în baza pregătirii antrenorilor sportivi de înaltă calificare pentru școlile și cluburile sportive din țară.</p> <p>Scopul disciplinei este acumularea unor cunoștințe legate de asigurarea pregătirii</p>					

	<p>tehnico-științifice în ramura de sport aleasă. Însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice PSA precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare. Metodica învățării acțiunilor tehnice pe părți și integrat.</p> <p>1. Mijloacele. Formarea priceperilor și deprinderilor vizează următoarele mijloace: analiza literaturii, structurarea lucrării metodice, științifice (referat, teza de curs, teza de licență, articol pentru conferința științifică studentescă), selectarea testelor de control pentru evaluarea nivelului pregătirii fizice, tehnice și tactice.</p> <p>2. Metode de predare-învățare (de formare a competențelor): expunerea orală, demonstrarea, conversarea, învățarea în echipă, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea. Cunoștințele teoretice incluse în curriculum cu scopul să se formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale, care sunt obligatorii, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării în mod individual și conștiente.</p> <p>3. Forme de manifestare. Curriculumul, prin conținutul temelor include metode noi dar și deja cunoscute și implementate în antrenamentul sportiv. Asemeni dezvoltarea abilităților fizice la diverse vârste a sportivilor. Recomandări în autoevaluarea și autocontrolul psihomotric după suprasolicitări.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p style="text-align: center;">Tipuri de evaluare a subcompetențelor</p> <p>Subcompetențe cognitive-pregătirea teoretică: (de cunoaștere).</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe cheie ale disciplinei: APTS RSA. - desfășurarea metodelor de cercetare. - structurarea bibliografiei conform cerințelor. <p>Subcompetențe psihomotrice priceperi și deprinderi.</p> <ul style="list-style-type: none"> - constituiți un set de teste pentru determinarea capacităților de viteză și descrieți procedura de evaluare a lor. - constituiți un set de teste pentru determinarea capacităților de forță și descrieți procedura de evaluare a lor. - constituiți un set de teste pentru determinarea rezistenței și descrieți procedura de evaluare a ei. - elaborați un set de teste pentru determinarea capacităților de coordonare și descrieți evaluarea acestora. - recomandați un set de teste ce determină capacitățile de suplețe și descrieți evaluarea lor. - propuneți un set de teste tehnico-tactice și descrieți evaluarea lor. <p style="text-align: center;">Teme pentru examen</p> <p><i>Teoretice:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Desfășurați metodele de cercetare. 2. Desfășurați structura lucrării de curs/licență și cerințele de elaborare. 3. Argumentați necesitatea sondajului sociologic în RSA. 4. Caracterizați noțiunea „Bibliografia” și însemnătatea ei în cercetare. 5. Caracterizați noțiunea „Cuprins”. 6. Caracterizați noțiunea „Glosare” și însemnătatea ei în cercetare. 7. Definiți noțiunea „Rezistență”, „Coordonare”, „Flexibilitate”, „Viteză”, „Forță”. 8. Definiți noțiunea de „Tehnică”, „Tactică”. 9. Etapele de alegerea temei de cercetare. 10. Etapele experimentul pedagogic planificat. 11. Etapele de desfășurare a sondajului sociologic (anchetarea). 12. Obiectivele de cercetare pe tema științifică selectată. 13. Principalele cerințe ale cercetării științifice în RSA. <p><i>Practice:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Constituiți un set de teste pentru determinarea capacităților de viteză și descrieți procedura de evaluare a lor. 2. Constituiți un set de teste pentru determinarea capacităților de forță și descrieți

procedura de evaluare a lor.

3. Constituiți un set de teste pentru determinarea rezistenței și descrieți procedura de evaluare a ei.
4. Elaborați un set de teste pentru determinarea capacităților de coordonare și descrieți evaluarea acestora.
5. Recomandați un set de teste ce determină capacitățile de suplețe și descrieți evaluarea lor.
6. Propuneți un set de teste tehnico-tactice și descrieți evaluarea lor.

Lucrul individual

1. Studiu după manual separat de curs, bibliografie.
2. Principalele noțiuni privitoare la cercetarea științifică.
3. Tipurile lucrărilor științifice și metodice.
4. Metodica desfășurării cercetărilor științifice în sporturi de lupte.
5. Elaborarea ipotezei în cercetarea științifică pe tema aleasă.
6. Formarea obiectivelor de cercetare pe tema științifică selectată.
7. Metodica elaborării conținutului capitolelor, al concluziilor și al bibliografiei lucrărilor de licență.

Evaluarea curentă se efectuează prin verificări curente sistematice pe parcursul programului de instruire, pe secvențe mai mici (pot fi compartimente), având drept scop cunoașterea gradului de instruire de către studenți a materiei predate pe parcursul semestrului și se finalizează cu note.

Prin evaluarea curentă se monitorizează procesul de formare a competențelor profesionale a viitorilor specialiști. În așa fel, evaluarea curentă constată rezultatele activității de formare profesională atât prin activitățile din sala de lupte, cât și prin lucrul individual.

Criteriile de evaluare

Notele sunt acordate pentru efectuarea cerințelor practico-metodice și teoretice. **Pentru lecțiile practico-metodice la studenții an. II -, disciplina: Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în ramura de sport aleasă (PSI).**

Teoretice

Calitatea înaltă a rezultatelor activității didactice, care este determinată de nivelul cunoștințelor și al deprinderilor studenților USEFS, este posibilă doar prin asigurarea unui nivel înalt de organizare a procesului instinctiv pe parcursul întregii perioade de studii. În corespundere cu cerințele Regulamentului despre atestarea de stat finală a absolvenților instituțiilor de învățământ superior din Republica Moldova (din 24.04.2013, nr. 03/14 - 254), studenții USEFS, după terminarea treptelor întâi și a doua a programei de învățământ profesional, trebuie să elaboreze o lucrare de calificare științifică la sfârșitul studiilor. Referatul/teza de curs este unul dintre principalele criterii de apreciere a corespunderii nivelului de pregătire teoretică și practică a studentului, cerințelor curriculum-ului universitar în specialitatea aleasă.

Practice

1. Tematica lucrărilor practice din cadrul evaluării curente I:
2. În cadrul lucrărilor practice studentul trebuie să organizeze și să desfășoare testarea unei calități motrice prin teste ce cuprind toate grupurile de mușchi și să interpreteze rezultatele.
3. Testele motrice propuse studenților pentru lucrul individual:
4. Testarea capacităților de forță, viteză, rezistență, coordonare, flexibilitate.

Evaluarea finală (sumativă) are funcția de bilanț și se realizează la încheierea studiului disciplinei cu examen. Rezultatele evaluării finale se exprimă în note conform scalei de notare, iar nota minimă de promovare este nota 5.

Numărul creditelor academice este determinat de Planul de învățământ și constată realizarea integrală a volumului de studiu pretins studentului care demonstrează prezența anumitor competențe. Nota finală la disciplină însumează rezultatul evaluării curente (nota medie pe semestru) și nota obținută la examen.

	Admiterea la examen prevede prezența la ore de 70-80%, acumularea minimum a 50% a notelor la teste practice (evaluarea curentă) și obținerea notei pe semestru. Studentul care la evaluarea curentă (nota pe semestru) are nota mai mică de „5” nu este admis la evaluarea finală (examen).	
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Gligor V. Polevaia-Secăreanu A., Demcenco P.P. Studiarea potențialului funcțional-motrice și psihologic al judocanilor de performanță cu dizabilități vizuale. În: Știința culturii fizice, 2014, nr.18(2), Chișinău, USEFS. p. 19-25. (ISSN: 1857-4114) http://scf.usefs.md/PDF/Revista%20SCF/2-2014.pdf Postolachi A., Scobioală Gh., Polevaia-Secăreanu A., Baraliuc I. Particularitățile pregătirii fizice a sportivilor cadeți în lupta sambo. În: Personalitate și sport: teorie, metodică, practică: Materialele conferinței științifico-practice. Ediția a V. 5 octombrie 2020, Chișinău: IRIM, 2020. P. 12-19.(ISBN978-9975-3076-9-7) Polevaia-Secăreanu A., Grosu V., Ivanov V. Analiza campionatelor naționale de judo la cadeți (perioada 2015-2018). În: Personalitate și sport: teorie, metodică, practică: Materialele conferinței științifico-practice. Ediția a IV. Chișinău: IRIM, 2019. P. 31-37. (ISBN978-9975-56-657-5) Grosu V., Polevaia-Secăreanu A., Ivanov V. Analiza campionatelor naționale de judo la juniori (perioada 2014-2018). În: Personalitate și sport: teorie, metodică, practică: Materialele conferinței științifico-practice. Ediția a IV. Chișinău: IRIM, 2019. P. 38-45. (ISBN978-9975-56-657-5) Балквадзе Т.А., Орлов В.А. Силовая подготовка борца. В: Спортивная борьба: Ежегодник. Москва: Физкультура и спорт, 1983, с. 44-47. Деркаченко И. В., Нелепенко С. Л., Полевая-Сэкеряну А.Г. Обучение боксеров ведению боя в двух стойках : Учебно-методическое пособие. Кишинэу : Б. и., 2018. (Тирогр. "Valinex" SRL). 67 p. (ISBN 978-9975-68-354-8) Дубровский В.Н. Спортивная медицина: Учебник для студентов вузов, обучающихся по педагогическим специальностям / В.Н.Дубровский. 3 -е изд. доп. Москва: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2005. 528 с. Еганов А.В., Сиротин О.А. Технология разработки методики оценки соревновательной деятельности дзюдоистов высокой квалификации. Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта, №3 (28) 2013. С. 41-49. Еганов, А. В. Методика самооценки уровня подготовленности дзюдоистов / А. В. Еганов: анкета для спортсменов. Челябинск : Издательский дом Обухова, 2004. 23 с. Замятин Ю.П. Комплексный педагогический контроль в системе управления подготовленностью борцов.Современные проблемы подготовки высококвалифицированных спортсменов: В: Сборник науч. трудов. Санкт-Петербург: СПбУЭФ. 1994, с. 50-52 Замятин Ю.П. Педагогический контроль в процессе подготовки борцов. Греко- римская борьба: Учеб. пособие. Санкт-Петербург: Изд-во СПбУЭФ, 2000. с. 272-275. Костюнина, Л. И. Теоретическое и экспериментальное обоснование тестов для оценки интеллектуальных качеств / Л. И. Костюнина // Педагогико-психологические и медико- биологические проблемы физической культуры и спорта. №2(19). 2011. Набережные Челны : Изд-во «Камский государственный институт физической культуры». с. 45-48. Куванов В.А. Взаимосвязь прочности освоения двигательных действий и уровня развития координационных способностей юных борцов: Дис. ... канд. 	

	<p>пед. наук. Санкт-Петербург, 2005. 196 с.</p> <p>14. Лях В.И. Координационные способности: диагностика и развитие. М.: ТВТ Дивизион, 2006. 290 с.</p> <p>15. Манолаки В.Г. Педагогический контроль за физической и технико-тактической подготовленностью дзюдоисток: Метод. Пособие. Кишинев: Пед. ин-т им. И. Крянгэ. 1991. 36 с.</p> <p>16. Матвеев Э.А. и др. Определение интенсивности тренировочной нагрузки в борьбе дзюдо./ Матвеев Э.А., Андреев В.М., Сытник В.М, Г.Г. Ратишвили. Спортивная борьба, 1974, с. 13-16.</p> <p>17. Полевая-Секэрянэ А. Особенности формирования координационных способностей у дзюдоистов В: Спортивный Вісник Придніпров'я. VIII Науково-практичний журнал, ДДІФКС (Додаток до постанови Призедії ВАК України від 26 травня 2010 р. №1-05/4), 24-25 октября 2013 №3, 2013. с. 66-72. ISBN2071-1476)</p> <p>18. Полевая-Секэрянэ А.Г., Афтимичук О.Е. Интенсификация учебно-тренировочного процесса дзюдоистов средствами ритмического воспитания и музыки: Монография. Chişinău.: "Valinex" SA, 2015. 174 p. ISBN 978-9975-68-270-1.</p> <p>19. Ягелло В. Теоретико-методические основы системы многолетней физической подготовки юных дзюдоистов. Studia i Monografie. Akademia Wychowania Fizycznego Jozefa Pilsudskiego w Warszawie, Национальный Университет Физического Воспитания и спорта Украины. Warszawa, Киев. 2002. 351 с.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Dercacenco Ivan

Grosu Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă APTȘRSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Rîșneac Boris, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul <i>(L-licența)</i>	L	Codul cursului	S 04 O. 24	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natație@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Ca disciplină a teoriei și metodologiei „Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportive (înotul sportiv)” execută următoarele funcții: 1) de instruire – înarmează pe studenți cu cunoștințe profesionale, posibilități și deprinderi; 2) de dezvoltare - stimulează posibilitățile de creativitate și gândire pedagogică a studenților; 3) educațională – formează poziția activă de cetățean, convingere pedagogică, interes profund către profesia de pedagog sportiv.</p> <p>Cursul prevede însușirea de către studenți a bazelor teoretico-metodologice ale predării tehnicii procedurilor de înot prin prisma formării cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor necesare de predare a stilurilor de înot în instituțiile de profil (școli sportive, licee-internat cu profil sportiv, clase sportive, secții sportive de atletism, etc.)</p> <p>Activitatea de studii se va desfășura în formă de lecții teoretice, seminare, metode, practice, practica de antrenament, lucrul individual.</p>						

	<p>Această disciplină are menirea de a familiariza studenții cu metodologia învățării și predării înotului la grupele de începători.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea metodologiei teoretico-științifice în organizarea procesului didactic cu studenții la orele de curs, specificând însemnătatea teoretică și semnificația științifică a înotului în formarea profesională a viitorului antrenor de natație; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor și programelor de antrenament în conformitate cu noile cerințe axate pe rezultatele tehnico-științifice obținute la etapa actuală; • Implementarea proiectelor teoretico-științifice în vederea stabilirii nivelului pregătirii sportive a înotătorilor la diferite etape ale procesului de antrenament; • Asigurarea unui management eficient în activitatea antrenorului cu structurile superior ierarhice cu scopul realizării obiectivelor prioritare, preconizate în planurile de antrenament. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării obiectivelor didactice stabilite în cadrul orelor teoretice și practico-metodice se va efectua în corespundere cu cerințele psihopedagogice al antrenorului de natație. • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Susținerea, colaborarea și promovarea unor idei și valori speciale în domeniul antrenamentului sportiv adaptiv la înot; • Asigurarea unui management efectiv al relațiilor din cadrul organizațiilor și instituțiilor din domeniul natației, inclusiv cu profil adaptiv; • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv la înot și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice și speciale adaptive în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a înotătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire; - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament; - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului; - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; - să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1.	Cerințele înaintate față de activitatea de cercetare științifică.	12	6		6
	2.	Formele științifice de lucru.	12	6		6
	3.	Metodele de bază a activității științifice de cercetare.	14	6		8
	4.	Organizarea activității de cercetare științifică.	14	6		8
	5.	Metodica lucrului științific de cercetare.	12	6		6
	6.	Întocmirea publicației științifice. Comunicarea și prezentarea materialului.	6		2	4
	7.	Metodologia cercetărilor științifice.	12		6	6
	8.	Desfășurarea cercetărilor, modelarea și prognozarea rezultatelor cercetărilor.	12		6	6
	9.	Modelele de cercetare ale procesului pedagogic de predare a disciplinei.	4		2	2
	10.	Analiza, sinteza și generalizarea datelor literaturii despre starea problemei abordate	8		4	4
	11.	Întocmirea tezelor de comunicare.	8		4	4
	12.	Elaborarea și pregătirea aparatajului simplu pentru cercetările științifice.	10		6	4
	13.	Întocmirea referatului științific. Comunicarea și prezentarea materialului.	8		4	4
	14.	Metodica specială de antrenament, calități motrice necesare înotătorilor la diferite procedee și probe de înot.	12		6	6
	15.	Bazele teoretice ale planificării antrenamentului sportiv la înot.	12		6	6
	16.	Probleme de bază ale planificării antrenamentului sportiv. Corelația factorilor ce condiționează performanța.	10		6	4
17.	Perfecționarea măiestriei sportive.	16		8	8	
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritimizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritizare; modelare didactică; problematizare etc.</p> <p>Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor</p>					

	<p>obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma <i>delucrării de control, teste de control</i> și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Notapentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarenco T. Rîșneac B. – Înotul în școală. Chișinău, Lumina”, 1998. 2. Caunsilmen D. E. – Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982. 3. Fiedler P., Fetescu S. - Înot. Manual. Universitatea „AL. I. CUZA” IAȘI. Facultatea de educație fizică și sport, 1996. 4. Regulile competițiilor de înot, polo pe apă, sărituri în apă, înot sincron. (ultimele ediții). 5. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 6. Водные виды спорта - : Учебник для студентов ВУЗов / Н.Ж. Булгакова, М.Н. Максимова, М.Н. Маринич и др.; подред. Н.Ж. Булгаковой. – М.: Изд. Центр. «Академия», 2003. 7. Ганчар И.Л. – Плавание: теория и методика преподавания спортивного-педагогического совершенствования. Часть III. Учебное пособие. Одесса. «Друк», 2007. 8. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 9. Никитский Б.Н. – Плавание с методикой преподавания: Программа пед. институтов. - Сб. №15.- М.: Просвещение, 1983. 10. Платонов В.Н. – Плавание. - Киев: Олимпийская литература, 2000. 11. Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012 12. Спортивные травмы: основные принципы профилактики и лечения / Под ред. П.А.Ф.Х. Ренстрёма – К.: Олимпийская литература, 2002. 	

Data completării: 01.09.2021

Rîșneac Boris



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 24	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă (gimnastica ritmică)” este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse metodici și programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a						

	<p>gimnasticii ritmice, în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea pregătirii tehnico-științifice și participarea activă în diverse cercetări în proba sportivă-gimnastica ritmică a viitorului antrenor, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 4, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea metodologiilor instruirii tehnicii gimnasticii ritmice și a sistemelor de pregătire tehnică la gimnastică ritmică prin cunoașterea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă – gimnastica ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului pentru instruirea pregătirii tehnico-științifice în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea antrenamentelor în gimnastica ritmică, precum spre formarea pregătirii tehnico-științifice în gimnastica ritmică. • Formarea la viitori antrenori priceperilor și deprinderilor către elaborarea unei cercetări științifice din domeniul gimnasticii ritmice, precum și dezvoltarea la viitorii profesori-antrenori de gimnastica ritmică a capacităților de personalitate, priceperilor rațiunii creatoare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedurilor de cunoașterea a diverselor aspecte științifice în proba sportivă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul asigurării pregătirii tehnico-științifice în gimnastica ritmică; ▪ să cunoască modul de lucru cu literatura metodică-științifică și regulile alcătuirii listei bibliografice; ▪ se identifice strategia și metodele cercetării științifice. ▪ să cunoască conținutul aspectelor cheie a cercetării științifice; ▪ să definească conținutul metodelor de cercetare științifică; ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind metodică instruirii tehnice exercițiilor prin analiza materialelor video a instruirii tehnicii, conținutului, dificultății, compoziției și execuției a acesteia în gimnastica ritmică. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze conținuturi din surse literare științifice din gimnastica ritmică cu expunere a părerii proprii; ▪ să estimeze conținutul metodelor cercetării științifice; ▪ să aplice conținutul metodelor matematico-statistice de prelucrare a datelor; ▪ să elaboreze un chestionar sociologic pe o temă stabilită; ▪ să elaboreze și să aplice teste pregătirii fizice generale a gimnastelor; ▪ să elaboreze și să aplice teste pregătirii fizice speciale a gimnastelor; ▪ să elaboreze și să aplice teste pregătirii tehnicii gimnastelor; ▪ să determine formula calculării mediei aritmetice a valorilor; ▪ să determine calcule diferențele valorilor medii a celor două unități după <i>t</i>-criteriul Student. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine metodicile pregătirii tehnico-științifice a probei sportive alese în procesul de pregătire gimnastelor cu diferit nivel de pregătire; ▪ să selecteze obiective concrete pentru elaborarea cercetării științifice și integrării diverselor metodicilor instruirii inovaționale a pregătirii tehnicii a gimnastelor de diferit nivel de pregătire; ▪ manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina „Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă” gimnastica ritmică; ▪ să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei „Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă” (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor. 					
	<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>		
<p align="center">Total</p>		<p align="center">Curs</p>	<p align="center">LP</p>	<p align="center">LI</p>		
<p align="center">1</p>		<p>Asigurarea pregătirii științifice în domeniul specializării a gimnasticii ritmice. Aspecte cheie a cercetării științifice: - actualitatea cercetării; - obiectul cercetării; - subiectul cercetării; - ipoteza cercetării; - scopul cercetării; - metodele cercetării; - veridicitatea cercetării; - noutatea științifică; - importanța teoretică; - importanța practică; - metodică experimentală a lucrării.</p>	<p align="center">32</p>	<p align="center">6</p>	<p align="center">10</p>	<p align="center">16</p>
<p align="center">2</p>	<p>Strategia și metodele cercetării științifice. - Conținutul strategiei științifice; - Tipuri de cercetare:</p>	<p align="center">28</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">10</p>	<p align="center">14</p>	

	<ul style="list-style-type: none"> - de tipul „căutării”/ „selectării”; - de tipul „constatare”; - Metodele cercetării științifice: - analiza datelor literare; - analiza documentelor, regulilor, protocoalelor competiționale; - prelucrarea statistică a datelor cercetării; - analiza analitică a materialelor de cercetare; - sondajul sociologic; - observarea pedagogică; - experimentul pedagogic; - măsurări: antropometrice, fiziologice; - testări: pedagogice, psihologice, de control, apreciere a comisiei de experți; - analiza materialelor video: instruirea tehnicii, conținutului, dificultății, compoziției și execuției a acesteia; - analiza de corelație a diverselor factori. 				
3	<p>Structura și conținutul compartimentelor cercetării științifice.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Introducere: actualitatea cercetării, scopul, obiectivele, ipoteza, noutatea, importanța teoretică, importanța practică a cercetării; - Primul capitol: starea descrierii problemei în literatura științifică; - Capitolul II: metodele și organizarea cercetării, metodica experimentală folosită în cercetare; - Capitolul III: analiza rezultatelor cercetării; - Concluzii generale și recomandări practico-metodice; - Bibliografia. 	20	2	8	10
4	<p>Modalitatea de lucru cu literatura metodică-științifică. Starea descrierii problemei cercetate în literatura științifică de specialitate.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Modul de lucru cu literatura științifică; - Trei moduri de conspectarea literaturii științifice: relatarea gândului a autorului prin cuvintele proprii; prin citate selective; combinare relatării cu citate; - Moduri de trimiteri/bazării la autori din domeniul cercetării. 	36	6	12	18

	<p>5 Metodele matematico-statistice de prelucrare a datelor.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Principale formule matematico-statistice; - formula calculării mediei aritmetice; - formula calculării abaterii standard a valorii medii; - formula calculării amplitudinii standard a valorii mediei aritmetice; - formula calculării diferențelor valorilor medii a celor două unități după <i>t</i>-criteriul Student; - formula calculării coeficientului corelației după Pirson; - formula calculării coeficientului variației; - formula determinării volumului valorilor variabilei. 	32	6	10	16
	<p>6 Regulile alcătuirii listei bibliografice și aranjării materialului științific relatat în teză.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Regulile alcătuirii listei bibliografice: cărți, manuale, capitolele manualului, teze de doctor, autoreferate, articolele din reviste, articolele din culegeri științifice, recomandări metodice și alte, - Aranjarea materialului științific relatat în teză: după cerințele CNAA. 	32	6	10	16
	Total :	180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor</i></p>				

	<p>cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 2. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 3. Денисова Л.В. Измерения и методы математической статистики в физическом воспитании и спорте: Учебное пособие для вузов/ Л.В. Денисова, И.В. Хмельницкая, Л.А. Харченко. Киев: Олим. л-ра, 2008. 127 с. 4. Иванов В. С. (ред.) Основы математической статистики: Учебное пособие для институтов для ин-тов физ. культ. / Под ред. В. С. Иванова. Москва: Физкультура и спорт, 1990. 176 с. 5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник /Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 6. Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие для учителя. Москва: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 1998. 272 с. 7. Начинская С.В. Спортивная метрология: Учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. Москва: Издательский центр «Академия», 2005. 240 с. Особенности организации и проведения научной работы в гимнастике: Методические разработки для преподавателей / Составители: Филипенко Е.М., Гримальский Ф.И. и др. Кишинев: МолдГУ, 1990. 63 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă APTȘRSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O.24	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare	Ex.	
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru	180	
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastică			Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)			
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru		Total	C	S	LP	LI
			180	30	-	60	90
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în ramura sportivă aleasă (gimnastică artistică)” este destinată metodelor de rezolvare a problemei calității fenomenelor de cercetare, care sunt folosite pe larg în cursurile științei pedagogice, psihologice ale culturii fizice și sportului având obiective cheie:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Creșterea calității cadrului didactico-științific, a performanțelor superioare de cunoaștere științifică în domeniul de activitate. 2. Creșterea calității activității de cercetare științifică în formarea profesionalismului. 3. Creșterea culturii calității mediului experimental în cadrul activităților didactice. 4. Formarea capacităților de măsurare, apreciere și de decizie în urma examinării procesului de măsurare și apreciere în cercetare la locul de activitate profesională. <p>Obiective specifice constau în cunoaștere:</p>						

	<p>1. Alegerea metodologiei de cercetare.</p> <p>2. Organizarea cercetării prin stabilirea eșantionului experimental și alegerea instrumentelor operaționale.</p> <p>3. Colectarea informației valorică noilor tehnologii în direcția procesării activității didactice, evidențiază importanța construcției teoretice și practice a investigației la un nivel de studiu: prelegeri 30 ore și practico-metodice 60 ore.</p>					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>1. Formarea unei viziuni a capacităților de aplicare a limbajului științific în cadrul instruirii la disciplinele pregătirii profesionale.</p> <p>2. Formarea unor abilități de cercetare științifică, experimentare și aplicare ale rezultatelor cercetării.</p> <p>3. Formarea competenței profesionale privind selecționarea conținuturilor didactice și a învățării inter și transdisciplinare în baza cunoașterii metodologiei de cercetare.</p> <p>4. Să aplice tehnici și metode de cercetare în activități didactice.</p> <p>5. Să identifice probleme de interes în cercetare prin transmitere culturii științifice a principiului etic și competenței.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>1. Stabilește tema de cercetare prin studierea izvoarelor literare de specialitate și celor aplicative.</p> <p>2. Culege informații suplimentare asupra temei de cercetare aplicând progresiv conținuturi și competențe prin integrarea unor probleme actualizate.</p> <p>3. Cunoașterea științifică integrată va ajuta pe student să-și aplice competențele la nivel de cunoaștere, înțelegere, aplicare și integrare.</p>					
Competențe de performanțe	<p style="text-align: center;">Competențe la nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să însușească metodica organizării și desfășurării lucrului științific. ▪ Să elaboreze și să realizeze activități de cercetare la nivel calitativ utilizând metode de cercetare științifică adecvat vârstei subiecților. ▪ Să posede aptitudini de cercetare integrată transcendentă în cadrul unei activități didactice de specialitate. <p>Să însușească tehnologia prezentării raportului de activitate științifică cu prezentarea unicare scrisă, orală, utilizând un limbaj științific.</p> <p style="text-align: center;">Competențe la nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să utilizeze explicația verbală adecvată a metodelor de cercetare științifică. ▪ Să elaboreze și să realizeze un proiect de cercetare la nivel calitativ. ▪ Să utilizeze metode pedagogice, psihologice, medico-biologice, biomecanice în cercetarea științifică. ▪ Să posede aptitudini de calcul matematico-statistice și să opereze indicatorii analitici conform principiului de competență. <p style="text-align: center;">Competențe la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să elaboreze și să aplice diverse metode de cercetare în activitatea didactică la nivel formativ-creativ. ▪ Să rezolve situații de problemă prin metoda cronometrajului și experimentului psihopedagogic. ▪ Să editeze și să aplice rezultatele experimentale în baza cunoașterii științifice și să argumenteze valoarea teoretică, practică și științifică a celor obținute în baza cercetărilor efectuate. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs	N/o	Conținuturile unității de curs	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Scopul, obiectivele, cerințele pregătirii tehnico-științifice în RSA	4	2		2
2	Metodica organizării și desfășurării lucrului științific	6	2	1	3	

	3	Alegerea și argumentarea temei de cercetare	8	2	2	4
	4	Metodele de cercetare științifică și clasificarea acestora	6	2	1	3
	5	Tehnologia studiului literaturii. Observația pedagogică. Chestionarul. Interviuul. Studiu documentar.	14	2	5	7
	6	Metoda cronometrajului. Testări psiho-pedagogice.	20	2	8	10
	7	Metode fiziologice de cercetare. Testări medico-biologice.	10	2	3	5
	8	Metode psihologice de cercetare. Metoda analizei psihologice a creativității.	10	2	3	5
	9	Metoda experimentului pedagogic.	14	2	5	7
	10	Metodele matematico-statistice de cercetare	14	2	5	7
	11	Determinarea variabilei dependente.	12	2	4	6
	12	Determinarea variabilei independente.	12	2	4	6
	13	Tehnologia descrierii materialelor obținute din cercetare.	14	2	5	7
	14	Implementarea rezultatelor științifice în practică prin tabele, figuri, scheme cu date statistice	18	2	7	9
	15	Tehnologia comunicării datelor obținute. Darea de seamă. Tehnologia elaborării materialelor pentru publicare.	18	2	7	9
	Total:		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>Procesul de instruire va fi efectuat după diferite criterii și se evidențiază prin metode generale și metode concrete:</p> <p>Metode de transmitere - asimilare – expunerea textului; experimentul; învățarea prin descoperire.</p> <p>Metode de consolidare – repetarea; studiul individual; fișe individuale.</p> <p>Metode de învățare prin descoperire – studiul de caz; experimentul; problematizarea.</p> <p>Metode practico-metodice – observații; anchetarea; calcularea indicilor după măsurare; exercițiul. Lecție dezbateri – înțelegerea; analiza; sinteza.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretică și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversații, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor</p>					

	<p>cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	60%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Filipenco E., Bufta V. Metodica lucrului științific în gimnastică. În: Gimnastica. Curs teoretic programat. Chișinău: UTM, 2012, p.5-30. 2. Zavalîșca A., Demcenco P. Metode matematico-analitică de cercetare pedagogică în cultura fizică. Chișinău: Europress SRL, 490 p. 3. Filipenco E., Grimalschi T. Metodologia cercetării în gimnastică. În: Manual Didactica gimnasticii. Volumul I. Teorie și metodică. Chișinău: USEFS, 2013, p.124-137. 	

Data completării: 01.09.2021

Grimalschi Teodor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba sportivă aleasă APTȘRSA (atletism)					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 04 O. 024	Anul	II	Semestru I	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare		Ex.	
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	atletism.usefs@mail.ru		Total	C	L/P	S	LI
			180	20	10	60	90
Nota de prezentare	<p>Știința reprezintă un factor primordial ce determină dezvoltarea societății noastre în toate domeniile, inclusiv și cel al educației fizice și sportului.</p> <p>Pregătirea științifico-metodică a viitorului specialist în domeniul educației fizice și sportului reprezintă un alcătuitor de bază al profesionalismului acestuia.</p> <p>Studiind cursul respectiv, absolventul ciclului I de studii la specialitatea „Educația fizică și sport” trebuie să cunoască procesele integraționale dintre: știință și producere; știință–instruire; să cunoască metodele de organizare și desfășurare a activității de cercetare științifică; bazele activității metodice în domeniul educației fizice și sportului; să poată organiza și efectua activitatea de cercetare științifică și metodică în domeniul educației fizice, culturii fizice recreative și antrenamentului sportiv; să pregătească și să susțină public o lucrare de calificare cu caracter științific.</p> <p>Modulul „Asigurarea pregătirii tehnico-științifice în proba de sport aleasă, atletism” (atletism) prevede în total 90 de ore, dintre care 30 de ore teoretice și 60 ore practico-metodice.</p> <p>Fiecare student va fi obligat să cunoască bazele organizării activității de cercetare științifică în domeniul educației fizice și sportului, să poată folosi în practică și în condiții de laborator cele mai importante metode și metodici instrumentale de cercetare folosite în proba de sport aleasă.</p>						

	<p>de asemenea, la sfârșitul ciclului I de studii, absolventul va prezenta spre susținere teza de licență, care va cuprinde elemente de cercetare științifică, efectuate în baza cunoștințelor obținute în cadrul acestei discipline.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Formarea și consolidarea unui sistem de cunoștințe teoretice și practico-metodice (didactice, metodice, tehnice, organizatorice) din domeniul pregătirii științifico-metodice a viitorului specialist în domeniul educației fizice și sportului, care reprezintă un alcătuitor de bază al profesionalismului acestuia;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea proceselor integraționale dintre: știință și producere; știință–instruire; • Cunoașterea metodelor de organizare și desfășurare a activității de cercetare științifică; • Însușirea bazelor activității metodice în domeniul educației fizice și sportului; • Organizarea și efectuarea activității de cercetare științifică și metodică în domeniul educației fizice, culturii fizice recreative și antrenamentului sportiv; • să realizeze și să susțină public o lucrare de calificare cu caracter științific.; • Aplicarea cunoștințelor și deprinderilor formate în realizarea cercetărilor metodico-științifice cu diferite contingente de subiecți; <p>Să însușească conceptele și noțiunile tehnice specifice tehnologiilor de cercetare științifică aplicate în atletism.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre activitatea științifico-metodică în domeniul educației fizice și sportului, inclusiv a atletismului, în scopul satisfacerii nevoilor și acționării, pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p>Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/de stat în situații reale ale vieții, pe teme ce țin de domeniul științei sportului.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica într-un stil științific argumentat pe probleme referitoare la bazele teoretice și metodologice ale atletismului, ca disciplină de studiu. <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții, pe probleme ce reflectă materia de studiu la atletism. • Competențe de a-și proiecta activitatea de cercetare științifică, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă științifice din domeniul atletismului. • Competențe de a acționa autonom și creativ, în diferite situații de viață, pentru a putea organiza și desfășura activitatea de cercetare științifică în domeniul profesional. • Competențe de a utiliza, în situații reale, instrumentele tehnologiilor informaționale. • Competențe de a crea documente în domeniul informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua internet, în situații reale. • Competențe de a colabora în echipă, de a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile semenilor săi. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa, în diferite situații, în baza normelor și valorilor moral-spirituale. • Competențe de gândire critică asupra activității sale în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod de viață sănătos. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii, în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. <p>- formarea la studenții ciclului I a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării cercetărilor științifice asupra procesului educativ și de antrenament, cu scopul obținerii experienței practice necesare.</p>

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- Studentul va cunoaște materialul de studii conform programei;
- Va cunoaște structura și conținutul diferitelor feluri de lucrări științifice;
- Va cunoaște toate cerințele și standardele de scriere a lucrărilor de curs și de licență, modalitatea de selectare a temei de cercetare, formularea ipotezei de cercetare și a sarcinilor;
- Va putea să selecteze metodele optimale de cercetare și le va folosi corect în procesul cercetărilor;
- Va cunoaște metodele statisticii matematice și le va putea aplica în procesul analizei datelor cifrice;
- Va selecta eficient testele necesare în procesul cercetărilor, cunoscând metoda aplicării acestora în practică;
- va putea prezenta corect, sub formă grafică și tabular, rezultatele cercetărilor;
- Va cunoaște cerințele înaintate față de susținerea în public a unei teze de curs sau de licență.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- Va elabora structura și va stabili conținutul diferitelor tipuri de lucrări științifico-metodice;
- Va fi capabil să selecteze și să aplice, în procesul cercetărilor, diferite metode și metodici instrumentale de cercetare;
- Va fi capabil să aplice metodele matematice de prelucrare a datelor cifrice;
- să realizeze studii comparative ale tehnicii diferiților sportivi de performanță, moldoveni sau străini, pe baza caracteristicilor biomecanice;
- să realizeze unele studii istorice ale evoluției tehnicii probelor de atletism.

La nivel de integrare:

- să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul atletismului;
- să explice esența și structura activității motrice, prin prisma tehnicii probelor de atletism;
- să comunice și să acționeze eficient în procesul promovării imaginii atletismului în rândul populației și viitorilor practicanți/specialiști în domeniul atletismului.

	Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	T	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Activitatea științifică și metodică în domeniul culturii fizice și sportului	8	4		4
	2	Felurile lucrărilor științifice și metodice și formele de prezentare a acestora	8	4		4
	3	Bazele teoretice ale testărilor sportive	16	6		10
	4	Prelucrarea matematico-statistică a materialelor activității științifice și metodice	24	16		8
	5	Planificarea lucrărilor științifice	14		8	6
	6	Metodica măsurărilor sportivo-medicale și antropometrice	22		6	16
	7	Testările de apreciere a nivelului general de antrenare a sportivului	18		6	12
	8	Metodica desfășurării cercetărilor științifice în atletism	18		8	10
	9	Metode statistico-matematice de prelucrare a datelor cifrice	26		16	10
	10	Prezentarea grafico-literară a lucrării științifice	18		8	10
	11	Activitatea științifică și metodică în educația fizică și sport	2		2	
	12	Teoria testărilor în sport	2		2	

	13	Statistica aplicată în domeniul educației fizice și sportului” (4 ore)	4		4	
Total:			180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursurile teoretice, orele de laborator și practice, precum și orele de seminar. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de laborator</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau îndeplinite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Evaluarea calității însușirii materialului de studiu se realizează atât în procesul (de cel puțin de trei ori), cât și la sfârșitul studiului. Curriculumul modulului prevede participarea la seminar și ore de curs în limita a cel puțin de 75%, în primul caz, și cel puțin de 90% - în cel de-al doilea. Studentul trebuie să pregătească un referat - proiect de concurs sportiv la proba de specializare. Nota finală este rezultatul însumării notelor curente (60%) și a celei finale (40%). Nota finală este calculată ca nota medie a cel puțin două note obținute la seminar (test scris/practic) și nota pentru referat-proiect. Rezumatul este evaluat în conformitate cu schema de mai jos. Procedura de evaluare actuală și finală este reglementată de decizia conducerii Catedrei de profil.</p>					
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)		Nota finală				100%
		Nota pentru evaluarea finală				40%
		Nota evaluarea curentă				20%
		Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%
		Nota lucrul individual				20%
Referințe bibliografice	<p>1. Atletism, ieri, azi, mâine. Bazele științifice ale antrenamentului sportiv, vol. XI, București, 1977, p.108-182.</p> <p>2. Statistică aplicată în educație fizică și sport; Livia Sângeorzan, Dragoș Ionescu-Bondoc. –</p>					

Ch., Valinex, 2006. 83 p.

3. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в Ф.В. (пособие для студ., аспиранта, преподавателя), М., Ф и С, 1978. 223 с.

4. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений, 2-е изд. перераб. и доп. – М.: Академия, 2005. 272 с.

Data completării: 01.09.2021

Povestea Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I MITPSA – I (jocuri sportive)					
Titularul cursului		Conohova Tatiana., dr. în pedagogie, conf. univ. Sîrghi Serghei, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Tăbîrță Vasile, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 25	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare		Ex.	
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180	
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, L/P-M-lecții practico-metodice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	L/P-M	LI		
		180	30	60	90		
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „MITPSA I (jocuri sportive)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul jocurilor sportive, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Acumularea cunoștințelor metodico-practice ce țin de pregătirea tehnică în domeniul jocurilor sportive.• Înțelegerea esenței pregătirii tehnice ale sportivilor în jocurile sportive.• Formarea deprinderilor organizatorico-pedagogice, privind predarea procedeelor tehnice jucătorilor în proba sportivă aleasa.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Determinarea și selectarea a instrumentelor metodice pentru planificarea antrenamentului sportiv și rezolvarea obiectivelor principale ale lecției de jocuri sportive. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. 4, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul jocurilor sportive.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilor și echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor specifice de dirijarea și coordonare în domeniul jocurilor sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire tehnică la „jocuri sportive”; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul jocurilor sportive; • Desfășurarea procesului instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării jocului dat în lume.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive (tehnica, pregătirea metodică, procesul de instruire, acțiunile specifice); ▪ să identifice metodele pedagogice și ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire ale jocurilor sportive; ▪ să caracterizeze mijloacele inovaționale care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a procesului de antrenamente sportive cu scopul îmbunătățirii pregătirii tehnice ale jucătorilor; ▪ să identifice aspectele specifice ale pregătirii tehnice a jucătorilor în ramura sportivă aleasă; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire tehnică a sportivilor de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedeele tehnice din proba sportivă aleasă; ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui jucător din proba aleasă ; ▪ să analizeze și să explice pregătirea tehnică a sportivului; ▪ să determine metodică însușirii a elementelor tehnice principale din jocuri sportive; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu jucători și echipe de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura tehnicii jocului sportiv;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de pregătire tehnică; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a sportivului ce practică jocuri sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul		Numărul de ore		
			Total	Curs	LP	LI
	1	Noțiunile de bază din teoria jocurilor sportive.	6	2	2	2
	2	Caracteristica și clasificarea tehnicii jocului.	8	2	2	4
	3	Componentele procesului instructiv-educativ în educație fizică și sport.	10	2	2	6
	4	Formele și mijloace de instruire tehnică în jocuri sportive.	14	4	4	6
	5	Mecanismul de bază al procedurii tehnice.	16	2	6	8
	6	Metodele de organizare a activității sportivilor la lecție de antrenament.	18	2	10	6
	7	Consecutivitatea instruirii ale procedurilor tehnice.	20	2	6	12
	8	Noțiunea ”Greșală tehnică”. Corectarea greșelilor tehnice în condiții speciale jocului ales.	18	2	8	8
	9	Metode de corectare a tehnicii.	12	2	4	6
	10	Analiza și caracteristica deprinderilor motrice specifice jocurilor sportive.	12	2	4	6
	11	Factorii învățării motrice. Formele de învățare a acțiunilor motrice. Variabile în învățarea acțiunilor motrice.	12	2	2	8
	12	Perfecționarea tehnicii în jocuri sportive.	12	2	4	6
	13	Etapele perfecționării tehnicii în jocuri sportive.	10	2	2	6
14	Formele de control a corectitudinii efectuării a procedurilor tehnice ale jocului.	12	2	4	6	
Total :			180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, lecții metodice în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>										
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="537 583 1373 632">Nota finală</td> <td data-bbox="1373 583 1552 632">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 632 1373 680">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1373 632 1552 680">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 680 1373 728">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1373 680 1552 728">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 728 1373 785">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1373 728 1552 785">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 785 1373 833">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1373 785 1552 833">20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%
Nota finală	100%										
Nota pentru evaluarea finală	40%										
Nota evaluarea curentă	20%										
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%										
Nota lucrul individual	20%										
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. 2. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p. 3. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. 4. Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. 5. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. 6. Conohova T., Păcuraru A. ” Teoria și metodica jocului de volei”. Editura PIM, Iași, 2014, 145p. ISBN-978-606-13-2075-2 7. Под ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9 8. Păcuraru A., ”Volei. Tehnica și tactica”. Editura fundației universitare ”Dunărea de jos”, Galați, 2002, 183p. ISBN 973-627-004-1 9. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Alma Mater, Bacău, 2002. 10. Motroc I., Cojocaru V. Fotbal. Curs de bază. ANEFS, București 1991. 										

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I MITPSA – I (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu A., dr în pedagogie, conf. univ. Dergacenco I. dr. în pedagogie, conf. univ. Gîlcă M., asistent universitar Postolachi A., asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 25	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	6	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I (probe sportive individuale) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În baza Strategiei de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport pe perioada 2021-2025, acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice:</p> <ul style="list-style-type: none">- Adaptarea curriculumului la schimbările intervenite în învățământul european.- Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice la învățarea și consolidarea principalelor elemente specifice ramurei de sport practicate.						

	<ul style="list-style-type: none"> - Însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice ramurei de sport practicate precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare. - Utilizarea terminologiei specifice ramurei de sport practicate. - consolidarea calității proiectării activităților didactice, noilor tehnologii de predare învățare și evaluare. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. 4, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea de competențe fundamentale privind activitatea didactică la disciplina MITPRSA I și pregătirea profesională pedagogică a antrenorilor-manageri; • Acumularea cunoștințelor legate de metodele învățării a procedurilor tehnice, noțiuni terminologice. • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor sportive în cadrul Școlilor sportive, specializate la secții cu elevii de diferite vârste; • Practicarea metodologiilor de analiză a sistemelor de bază în pregătire tehnico-tactică în luptele sportive; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul antrenamentului sportiv ; • Susținerea și promovarea organizării cursurilor de perfecționare cu specialiști de peste hotare; • Metodica învățării acțiunilor tehnice, formarea calităților atitudinale, de personalitate, de colegialitate, dăruire de sine și responsabilitate, disciplină, sentimentul datoriei. <p align="center">Subcomponențe psihomotrii:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Educația atenției și memoriei operative substanțe formele de manifestare(auditivă, vizuală, verbală); • Formarea deprinderilor și pricepiilor antrenamentului practic în diferite situații extreme, sub influența altor factori ca: auditoriu, sala, zgomot, oboseala, suporteri ș.a.; • Formarea pricepiilor de anticipare a situațiilor de conflict, agresivitate; • Formarea deprinderilor pedagogice de bază pentru desfășurarea antrenamentului tip concurs competițiilor sportive, în menținerea condiției fizice personale. <p align="center">Subcompetențe atitudinale (comportamentale).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea sistematică și independentă a obiectivelor lecției și sarcinilor la domiciliu studentului; • Activități de formare a calităților de personalitate; • Participarea la activități competiționale, la arbitrajul la individual, pe echipe.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei MITPRSA I (Calitate, metoda, mijloace, tehnica, tactica); ▪ să identifice metodele și mijloacele folosite în sporturile de lupte; ▪ să caracterizeze metodele de dezvoltare a acțiunilor tehnice specifice; ▪ să caracterizeze mijloacele de dezvoltare a acțiunilor tactice specifice;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să identifice vârstele optime de dezvoltare a anumitor acțiuni tehnice în sporturile de lupte; ▪ să identifice și să caracterizeze metoda jocului ce permit dezvoltarea elementelor tehnice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine metodele, mijloacele de dezvoltare a procedeele tehnice; ▪ să determine metode dinamice specific vârstei în dezvoltarea a anumitor elemente tehnice; ▪ să elaboreze un macrociclu de dezvoltare fizică și a acțiunilor tehnico tactice specific probei practicate de lupte; ▪ să analizeze și să explice metodele de dezvoltarea a procedeele tehnice specific vârstei; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării a unei lecții practice cu o grupă de inițiere. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența metodei în procesul antrenamentului sportiv; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică luptele sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Lecție de inițiere în MITPRSA I	12	2	4	6
	2	Definirea „Metodei”	12	2	4	6
	3	Metodica pregătirii tehnice	12	2	4	6
	4	Bazele teoretico – metodice privind pregătirea tehnică în lupte sportive	12	2	4	6
	5	Rolul și importanța pregătirii tehnice în probe de lupte sportive	12	2	4	6
	6	Metodica dezvoltării capacităților coordinative	12	2	4	6
	7	Metodica instruirii tehnico – tactice la copii și cadeti	12	2	4	6
	8	Metodica dezvoltării mobilității la probele de lupte sportive	12	2	4	6
	9	Metodica dezvoltării rezistenței	12	2	4	6
	10	Metodica dezvoltării forței	12	2	4	6
	11	Metodica dezvoltării vitezei	12	2	4	6
	12	Metodica pregătirii greutății în perioada precompetițională	12	2	4	6
	13	Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol (ramura aleasă).	12	2	4	6
	14	Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor din poziție (ramura aleasă).	12	2	4	6
15	Metodele de pregătirea tactică și specificul acesteia în judo, lupte libere și greco-romane, sambo (ramura aleasă).	12	2	4	6	
	Total :	180	30	60	90	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina „MITPRSA-I” se formează în baza pregătirii specialiștilor AM de înaltă calificare pentru școlile și cluburile sportive din țară.</p> <p>Scopul disciplinei este acumularea unor cunoștințe legate de metodica învățare-predare în procesul de antrenament sportiv, noțiuni de terminologie și regulament. Însușirea principalelor metode necesare în instruirea specifică precum și bagajul minim</p>					

	<p>de cunoștințe tehnice necesare. Metodica învățării acțiunilor tehnice pe părți și integru.</p> <p>3. <i>Mijloacele</i>. Formarea priceperilor și deprinderilor vizează următoarele mijloace: exerciții psihomotrice, speciale, elemente tehnice din lupta sportivă, teste de control și evaluare.</p> <p>4. <i>Metode de predare-învățare</i> (de formare a competențelor): expunerea orală, demonstrarea, conversarea, învățarea în echipă, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea, jocuri didactice.</p> <p>Cunoștințele teoretice incluse în curriculum cu scopul să se formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale sunt obligatorii, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării în mod individual și conștient.</p> <p><i>Forme de manifestare</i>. Curriculumul, prin conținutul temelor include metode noi dar și deja cunoscute și implementate în antrenamentul sportiv. Asemeni dezvoltarea abilităților tehnico tactice la diverse vârste a sportivilor. Recomandări în autoevaluarea și autocontrolul psihomotric după suprasolicitări</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor practice (PFG/ PFS/ tehnico-tactice)</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>60%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Bompă T.O., Dezvoltarea calităților biomotrice-Periodizarea-M.T.S., Ș.N.A., București, 2003.</p> <p>2. Carp I., Noțiuni de bază ale teoriei Educației Fizice și Sport, Chișinău, I.N.E.F.S., 2009.</p> <p>3. Postolachi A./Grosu v./Gilcă M., Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la campionatele naționale universitare și campionatele mondiale universitare 2010-2018, materialele Conferinței Științifice Practice, Chișinău, IRIM 2019 pag 96.</p> <p>4. Demeter A., Bazele fiziologice și biochimice ale calităților fizice, Editura Sport Turism, București, 1981.</p> <p>5. Diaciov A., Parametrii de antrenament, 1973.</p> <p>6. Dorgan V. P. Starea de lucruri în planificarea efortului de antrenament în practica judoului feminin., Problemele actuale privind perfecționarea sis. de învățământ, În domeniul culturii fizice: mat. conf. st. Internat. USEFS. Chișinău, 1997.</p> <p>7. Dragnea A. și Colab,- Teoria Educației Fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii, București, 2000.</p>	

	<p>8. Dragnea A., Antramentul sportiv, Editura Didactică și Pedagogică R.A. București, 1996.</p> <p>9. Epuran M. Pregătirea psihologică a sportivului, Ed. UCFS, București, 1964.</p> <p>10. Manolachi V.G., Sporturi de luptă - Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). USEFS, Chișinău, „Tipografia Centrală”, 2003.</p> <p>11. <u>Шахмурадов Ю.А., Б.А. Подливаев. Методические принципы технико-тактической подготовки в спортивной борьбе. Тенденции развития спорта высших достижений и стратегия подготовки высококвалифицированных спортсменов в 1997-2000 гг.</u>: Матер. Всерос. научн.-практ. конф. М., 1997.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Polevaia-Secăreanu Angela

Dergacenco Ivan

Gîlcă Maxim

Postolachi Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I MITPSA – I (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O.25	Anul	II	Semestrul	4
Nr.credite	6	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii "Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă" (înotul sportiv) este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului I secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul 100 Științe ale sportului la Specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, aplicativ și integrativ la catedra „Natație și turism” USEFS.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățării înotului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul Educației fizice, capabili de a utiliza elementele de învățare a înotului în cadrul activităților nautice desfășurate cu diverse contingente de persoane;						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele cadru ale învățării înotului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul educației fizice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea caracteristicilor înotului sportiv și al celui aplicativ, care va asigura abordarea complexă a elaborării programelor de instruire la înot; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional prin achiziția de capacități și atitudini pe parcursul anilor de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. V, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației fizice și sport..</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor privind instruirea în proba de natație; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „MITPSA II” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. <p>Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a înotătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire;

- să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament;
 - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire.
- La nivel integrare:**
- să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului;
 - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament;
 - să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Îndrumări tactice pentru competițiile de înot	4	2		2
	2	Ritmul de concurs în înot	4	2		2
	3	Tactica îndeplinirii eficiente a startului și întoarcerilor	4	2		2
	4	Tactica îndeplinirii eficiente a sprintului la segvența de finis	4	2		2
	5	Tactica îndeplinirii eficiente a pornirii în probele de concurs	4	2		2
	6	Tactica parcurgerii eficiente a probelor de mixt	4	2		2
	7	Învățarea tacticii, de către înotători	4	2		2
	8	Strategii tactice.	6	2		4
	9	Tactica individuală și tactica colectivă	4	2		2
	10	Schema și analiza tacticii de concurs	6	2		4
	11	Metodele și mijloacele instruirii tactice	6	2		4
	12	Variantele tactice de parcurgere a distanței	6	2		4
	13	Corelația pregătirii tactice cu alte componente de pregătire	4	2		2
	14	Îndeplinirea eficientă a încălzirii	4	2		2
	15	Masajul și hiperventilația	4	2		2
	16	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului craul pe piept (la diferite distanțe)	6		4	2
	17	Învățarea tacticii ritmului de înot craul pe piept (la diferite distanțe)	4		2	2
	18	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului craul pe spate (la diferite distanțe)	6		4	2
	19	Învățarea tacticii ritmului de înot craul pe spate (la diferite distanțe)	4		2	2
	20	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului bras (la diferite distanțe)	6		4	2
	21	Învățarea tacticii ritmului de înot bras (la diferite distanțe)	4		2	2
	22	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului future (la diferite distanțe)	6		4	2
	23	Învățarea tacticii ritmului de înot future (la diferite distanțe)	4		2	2
	24	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului mixt (la diferite distanțe)	4		2	2

	25	Învățarea tacticii ritmului de înot mixt (la diferite distanțe)	4		2	2
	26	Învățarea și perfecționarea tacticii îndeplinirii startului și întoarcerilor	4		2	2
	27	Învățarea și perfecționarea tacticii la segmenta de finis	4		2	2
	28	Învățarea și perfecționarea tacticii pornirii în procedeele de natație	4		2	2
	29	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului individual și colectiv	4		2	2
	30	Învățarea și perfecționarea variantelor tactice de parcurgere a distanței (la diferite distanțe)	4		2	2
	31	Perfecționarea tacticii înotului craul pe piept prin metoda uniform (la distanțe lungi)	4		2	2
	32	Perfecționarea tacticii înotului craul pe spate prin metoda uniformă	4		2	2
	33	Perfecționarea tacticii înotului bras prin metoda uniformă	4		2	2
	34	Perfecționarea tacticii înotului fluture prin metoda uniformă	4		2	2
	35	Perfecționarea tacticii înotului cu diferite stiluri prin metoda cu varietăți	4		2	2
	36	Perfecționarea tacticii înotului cu diferite stiluri prin metoda repetării	4		2	2
	37	Perfecționarea tacticii înotului cu diferite stiluri prin metoda cu intervale	4		2	2
	38	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 50 m	4		2	2
	39	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 100 m	4		2	2
	40	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 200, 400m	4		2	2
	41	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 800, 1500 m	4		2	2
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele</i></p>					

	<p>profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației României de Măine, 2012. 2. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 3. Maglisco E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 5. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotătorilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școlă" 3/2015, Chișinău, - P.66-69. 6. Solonenco G., Stepanova N., Rîșneac B. Înotul / Tehnologii teoretico-metodice în pregătirea înotătorilor. Chișinău, 2021. Tip. Totex-lux, 217 p. 7. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта. Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003. 8. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 9. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006. 10. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с. 11. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Stepanova Natalia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I MITPSA – I (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 25	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I,, (gimnastica ritmică) este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse metodici și programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a gimnasticii ritmice, în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi.						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodicii instruirii tehnicii probei sportive-gimnasticii ritmice, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijare și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea metodologiilor instruirii tehnicii gimnasticii ritmice și a sistemelor de pregătire tehnică la gimnastică ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament în gimnastica ritmică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul probei gimnasticii ritmice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul metodicii instruirii tehnicii exercițiilor de gimnastica ritmică; ▪ să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul bazelor teoretice a metodicii instruirii tehnicii executării exercițiilor de gimnastică ritmică, după codul de punctaj FIG; ▪ să definească metodica instruirii tehnicii îmbinării grupelor corporale tehnice (după codul de punctaj FIG) cu manipulare a obiectelor. ▪ să definească conceptele de bază a clasificării exercițiilor cu obiect în gimnastica ritmică;

- să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind metodica instruirii tehnice exercițiilor fundamentale și nefundamentale în compozițiile competiționale cu coarda, cu cerc, cu mingea, cu măciuci și cu panglică.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să modeleze metodica instruirii tehnicii exercițiilor acrobatice și elementelor în parter: răsturnare înainte, în stând pe un picior, celălalt înainte-sus la 180° și răsturnare înapoi, cu revenire pe un picior celălalt înapoi-sus la 180°;
- să elaboreze un model al metodicii instruirii tehnicii din stând pe genunchi rulare înainte cu trecerea peste umărul drept/stâng în rulare pe spate;
- să modeleze metodica instruirii tehnicii: săriturii pas sărit în „cuib” cu rotirea corzii înainte și săriturii pas sărit cu întoarcere la 180° cu rotirea corzii înapoi,
- să descrie metodica instruirii tehnicii echilibrului cu aplicarea trunchiului înainte, cu dreptul/stângul înapoi la 90°, prin manipularea cu mingea sau cu măciuci;
- să modeleze metodica instruirii tehnicii echilibrului cu înclinarea trunchiului spre dreapta/stânga, cu piciorul la 180°, prin manipularea cu măciuci,
- să modeleze metodica instruirii tehnicii piruetei „fuate” cu un picior îndoit lateral la 90°, cu manipularea cu panglica,
- să elaboreze un model al metodicii instruirii tehnicii piruetei cu un picior înainte la 90°, cu manipularea cu cerc sau panglica;
- să elaboreze metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație a obiectelor portative ale gimnasticii (coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica).

La nivel de integrare:

- să îmbine metodicile instruirii tehnicii probei sportive alese în procesul de pregătire gimnastelor cu diferit nivel de pregătire;
- să selecteze obiective concrete pentru elaborarea metodicilor instruirii tehnicii a gimnastelor de diferit nivel de pregătire ce practică gimnastica ritmică;
- să respecte particularitățile metodicilor instruirii tehnice acestui gen de sport.
- manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina Metodica instruirii tehnicii în gimnastica ritmică -II;
- să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei „Metodica Instruirii Tehnicii în Proba Sportivă Aleasă - II” (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Metodica instruirii tehnicii exercițiilor fără obiecte. <i>Exerciții specifice.</i> Metodica instruirii tehnicii exercițiilor acrobatice; Metodica instruirii tehnicii elementelor în parter.	28	4	10	14
	2	Metodica instruirii tehnicii exercițiilor fără obiecte. <i>Exerciții de bază, după codul de punctaj FIG (sărituri, echilibre, piruete).</i> Metodica instruirii tehnicii săriturii: pas sărit în „cuib”; Metodica instruirii tehnicii săriturii: pas sărit cu întoarcere la 180°; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu aplicarea trunchiului înainte, cu dreptul/stângul înapoi la 90°; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu înclinarea trunchiului spre dreapta/stânga, cu piciorul la 180°; Metodica instruirii tehnicii piruetei	32	6	10	16

		„fuate” cu un picior îndoit lateral la 90°; Metodica instruirii tehnicii piruetei cu un picior înainte la 90°.				
	3	Metodica instruirii tehnicii îmbinării grupelor corporale tehnice (după codul de punctaj FIG) cu manipularea cu obiecte. Metodica instruirii tehnicii săriturii „cuib” cu rotirea corzii înainte; Metodica instruirii tehnicii săriturii pas sărit cu rotirea trunchiului la 180° cu rotirea corzii înapoi; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu aplicarea trunchiului înainte, cu dreptul/stângul înapoi la 90°, prin manipularea cu mingea sau cu măciuci; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu înclinarea trunchiului spre dreapta/stânga, cu piciorul la 180°, prin manipularea cu măciuci; Metodica instruirii tehnicii piruetei „fuate” cu un picior îndoit lateral la 90°, cu manipularea cu panglica; Metodica instruirii tehnicii piruetei cu un picior înainte la 90°, cu manipularea cu cerc sau panglica.	60	10	20	30
	4	Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație a obiectelor portative ale gimnasticii (coarda, cerc, mingea, măciuci și panglica). Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu coarda; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu cercul; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu mingea; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu măciuci; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu panglica.	60	10	20	30
	Total		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.					

	<p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Educația ritmică muzicală”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2001. 2. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2002. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 4. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 5. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с. 6. Ротерс, Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие/ Т.Т. Ротерс. Москва: Просвещение, 1989. 6-8 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I MITPSA – I (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 25	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare	Ex.	
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90		Total ore pe semestru	180	
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Cursul teoretic „Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă I” (gimnastica artistică), este un domeniu științific, care realizează valori științifico – psiho – pedagogice, scopul fiind pregătirea profesională a viitorilor antrenori în domeniul ales.</p> <p>Procesul didactic se bazează pe principiile didactice ale procesului de învățare a tehnicii exercițiilor ale gimnasticii artistice la nivelul treptei superioare de pregătire profesională. Lecțiile se completează cu influența efortului fizic și intelectual asupra stării funcționale a organismului în baza principiului progresării.</p> <p>Obiectivele specifice ale învățării se rezolvă în baza aprecierii particularităților de structură a mișcării, a condițiilor de execuție, nivelului de pregătire tehnică, fizică și funcțională a gimnastului conform principiilor și a legilor de învățare calitativă.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p align="center">Competențe profesionale pedagogice:</p> <p>Competențele dezvoltate au la bază, pregătirea cognitivă și atitudinală a specialiștilor în domeniul pedagogiei sportive în scopul asigurării priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice.</p> <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea noțiunilor a unui sistem integral de cunoaștere științifică a unor teorii, noțiuni, fenomene, reguli, definiții axate pe teoria și practica procesului educațional în ramura sportivă aleasă. • Identificarea și crearea de probleme noi în instruire, pomind, eventual, de la un fenomen – problemă de activitate didactică la altul. • Realizarea efectivă a unor activități integrale în sistemul de instruire în baza formelor de pregătire psihomotrică a gimnaștilor. 								
<p>Finalități de performanțe la curs</p>	<p align="center">Competențe la nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să identifice bazele teoretice și metodologice ale sistemului de instruire orientate spre specializare în baza cunoașterii legităților de învățare. • Să structureze sistemul de instruire a tehnicii exercițiilor în conformitate cu nivelul de pregătire a subiecților în baza principiului sistematizării și succesivității instruirii. • Să cunoască metode, procedee metodice și mijloace de instruire la diverse etape de pregătire sportivă după vârstă și sex conform principiului științific al instruirii. <p align="center">Competențe la nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să analizeze și să generalizeze fenomene și procese ale instruirii exercițiilor de gimnastică. ▪ Să stabilească interferențe (combinarea) a două sau mai multe fenomene de acțiuni în instruirea tehnicii exercițiilor la aparatele de gimnastică de aceeași structură (de de forță, de viteză, coordonare, utilizând principiul concentric). ▪ Să Aplice cunoștințele în practică conform principiilor didacticii de instruire. <p align="center">Competențe la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să elaboreze proiecte de activitate instructivă în cadrul antrenamentului sportiv de gimnastică. ▪ Să contureze o imagine integrată asupra problemei metodicii de instruire. ▪ Să analizeze relația dintre teoria instruirii și problemele medico-biologice și psihologice ale ramurii sportive alese. ▪ Să propună soluții de rezolvare a problematicii instruirii și aspectele psihologice ale resurselor motivației. ▪ Să propună modalități de articulare și integrare a didacticii gimnasticii artistice și a celei de specializare pentru antrenor – profesor în aspect de diferențiere a metodicii de instruire. 								
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs</p>	<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p align="center">Numărul de ore</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>LP</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>	LP	LI		
LP	LI								
<p align="center">1</p>	<p>Definiție și elemente componente ale instruirii. Scopul, obiectivele instruirii în RSA. Cerințe și reguli specifice de învățare.</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>					
<p align="center">2</p>	<p>Definirea și caracterizarea principiilor didactice. Sistemul principiilor didactice.</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>					
<p align="center">3</p>	<p>Principiul conștientizării și practicării active în învățarea motrică</p>	<p align="center">12</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>					
<p align="center">4</p>	<p>Principiul accesibilității instruirii și stimulării dificultății instruirii.</p>	<p align="center">12</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>					

	5	Principiul unității dintre dezvoltarea psihică, pregătirea fizică generală și specială.	16	2	6	8
	6	Principiul sistematizării și succesivității instruirii.	16	2	6	8
	7	Principiul progresării instruirii și dinamismului metodic	12	2	4	6
	8	Principiul însușirii temeinice a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor motrice.	12	2	4	6
	9	Principiul intuiției (ilustrativității) în instruire.	16	2	6	8
	10	Principiul instruirii concentrice (centralizate)	12	2	4	6
	11	Principiul caracterului științific rațional al instruirii și integrării teoriei cu practica	16	2	6	8
	12	Principiul individualizării instruirii în colectiv și necesității de adaptare.	16	2	6	8
	13	Principiul continuității instruirii.	12	2	4	6
	14	Principiul dirijării eficiente și controlului sistematic al procesului de instruire.	12	2	4	6
	15	Cunoașterea dimensiunii principiilor și a legităților de învățare eficientă.	8	2	2	4
	Total:		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>În contextul strategiei de predare și învățare integrativă calitatea învățământului la disciplina MITPSA – I este orientată asupra realizării următoarelor criterii: calitatea cunoștințelor, calitatea pregătirii profesionale de specialitate, calitatea cercetărilor științifice a studenților în sistemul de predare – învățare și calitatea tehnologiilor didactice privind calitatea instruirii. În cadrul cursului sunt utilizate metode generale tradiționale (expunerea, conversația, exercițiul) și cele active/moderne ca problematizarea, abordarea, euristica etc. Pe larg se vor practica metode de transmitere – asimilare ca experimentul, învățarea prin descoperire și metode de verificare – chestionarea, testarea, explicația și a. inclusiv metode practice fără separare de conținut.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Analiza și aprecierea rezultatelor învățării sunt centrate pe:</p> <ul style="list-style-type: none"> - progresul individual al studentului și al colectivului celor care învață, constă în procesul de memorare a sistemului de predare – învățare; - dinamica expresivității acțiunilor motrice, culturii mișcării în vederea pregătirii tehnice, artistice, comportamentale în procesul de evaluare curentă, evaluare finală prin răspunsuri la întrebări scrise și orale, referate, fragmente de lecție susținute și a. Strategia evaluărilor va fi adusă la cunoștința studenților la începutul cursului inclusă în curriculum de activitate didactică prin scale de notare. 					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală					100%
	Nota pentru evaluarea curentă					60%
	Nota pentru evaluarea finală (examen)					40%

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Băieșu N.Gh. Principiile fiziologice ale antrenamentului sportiv. Cap.V. În: Gimnastica. București: Stadion, 1972, p.417-433. 2. Grimalschi T. Principiile didactice ale procesului de învățare a exercițiilor de gimnastică. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p.25-48. 3. Grimalschi T. Taxonomia principiilor antrenamentului specific gimnasticii artistice. În: Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastică. Chișinău: Foxtrot, 2021, Cap.2. pp.43-92. 4. Potop V. Principiile antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. În: Gimnastica artistică feminină. Cap.3.2. București: Bren.2018, p.26-28. ISBN 978-973-648-752-1. 5. Triboi V., Păcureanu A. Principiile generale și speciale ale antrenamentului sportiv. În: Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași: PIM, 2013. Cap.2.2. p.92. Cap. 2.3., p.107. 6. Матвеев Л.П. Общие и специальные принципы реализуемые в спортивной тренировке. Москва: Физкультура и спорт, 1977, с.62-86. 7. Спортивная гимнастика. Учебник для институтов физической культуры. Принципы тренировки. Под ред. Ю.К. Габердовского и В.М. Смолевского. Москва: Физкультура и спорт, 1979, с.200-205.
---------------------------------------	---

Data completării: 01.09.2021

Grimalschi Teodor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese I MITPRSA – I (atletism)					
Titularul cursului		Sripenco Constantin, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 25	Anul	II	Semes trul	4
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@ mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	10	50	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „<i>Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese –I</i>” (atletism) este partea componentă a planului de învățământ al anului II, secția cu frecvență și frecvență redusă, și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul 100 Științe ale sportului, Specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv în aspect formativ, aplicativ și integrativ la Facultatea Sport a USEFS.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei Disciplina „Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese –I” (atletism) este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice didactice de bază în domeniul educației fizice și sport pentru pregătirea științifico-metodică a viitorului specialist în domeniul educației fizice și sportului reprezintă un alcătuitor de bază al profesionalismului acestuia, pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea</p>						

	<p>profesională în domeniul antrenamentului sportiv.</p> <p>Astfel, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și practic aplicativ eficient, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice și sport.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale educației fizice și sportului; - Cunoașterea bazele teoretico-metodice ale metodicii de instruire a tehnicii probelor de atletism, mijloacele generale și specifice folosite în procesul instruirii și, de asemenea, erorile frecvente ce apar la executarea diferitelor faze ale tehnicii și metoda corectării lor, folosind diferite exerciții pregătitoare și speciale. - Utilizarea metodologiilor, metodelor și metodici instruirii tehnicii probelor atletice folosite în proba de sport aleasă; - Cunoașterea și aplicarea în practică cunoștințele teoretice în ceea ce privește metoda de instruire a probelor atletice, folosind tot arsenalul de mijloace de instruire existent (exerciții ajutătoare, pregătitoare și speciale), atât pentru instruirea tehnicii, cât și pentru dezvoltarea calităților motrice specifice necesare (combinat și complexe). - Aplicarea în practică cunoștințele teoretice în ceea ce privește metoda de instruire a probelor atletice, folosind tot arsenalul de mijloace de instruire existent (exerciții ajutătoare, pregătitoare și speciale), atât pentru instruirea tehnicii, cât și pentru dezvoltarea calităților motrice specifice necesare (combinat și complexe). <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Disciplina este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul educației fizice și sportului.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei Disciplina „Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese –I” - să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice cunoaște materialul de studii conform programei: - să cunoască metodelor și metodici instruirii tehnicii probei atletice, să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul culturii fizice și sportului. <p style="text-align: center;"><i>La nivel de integrare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe organizării activității de instruire tehnicii probelor atletice; - să selecta eficient metodele și mijloacele în procesul instruirii tehnicii probelor atletice, cunoscând metoda folosirii acestora în practică. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Cursuri teoretice				
	2	Instruirea ca proces pedagogic. Principiile, sarcinile, mijloacele și metodele de instruire. Schema tipică de instruire. Evaluarea mișcărilor.	21	3	4	14
	3	Exercițiile de dezvoltare fizică generală ajutătoare și speciale folosite în procesul instruirii tehnicii probelor atletice. ESAA și folosirea lor la lecțiile de	1	1		

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		atletism.					
	4	Ședința de antrenament și lecția de atletism- forme de bază de organizare a lucrului profesorului.	20	2	4	14	
	5	Particularitățile instruirii în mase a probelor atletice. Măsurile de securitate și profilaxia traumatismelor la orele de atletism.	6			6	
	2	Cursuri practico-metodice					
	1	Metodica instruirii tehnicii alergărilor de viteză.	28		20	8	
	2	Metodica instruirii tehnicii alergărilor de ștafetă.	18		8	10	
	3	Metodica instruirii tehnicii marșului sportiv.	22		12	10	
	4	Metodica instruirii tehnicii săriturii în lungime cu elan.	22		12	10	
	5	Metodica instruirii tehnicii săriturii triple cu elan.	20		10	10	
	6	Metodica instruirii tehnicii aruncării greutății.	20		10	8	
	7	Metodica instruirii tehnicii aruncării suliței.					
	3	Lecții de seminar					
	1	Mijloace și metode de instruire. Schema tipică de instruire a probelor atletice. Lecția de atletism.	2	2			
	2	Metodica instruirii tehnicii probelor de alergări (viteză și ștafetă).					
	3	Metodica instruirii tehnicii probelor de marș sportiv.	2	2			
	4	Metodica instruirii tehnicii probelor de sărituri orizontale.	4	2	2		
	Total :		180	10	80	90	
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
		<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile practic și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992. 2. Cecilia Gevat, Alin Larion „Lecții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. 3. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 4. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. 5. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989. 6. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В. Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976. 	

Data completării: 01.09.2021

Scripcenco Constantin



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Marketing în sport					
Titularul cursului		Budevici – Puiu Anatol, dr. în istorie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 26	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Competitivitatea organizațiilor contemporane, indiferent de natura și mărimea lor, își are sorgintea în calitatea strategiilor pe care le adoptă și le aplică. Condiționarea decisivă a performanțelor, organizațiilor de conținutul strategiilor, devenită, în ultimele decenii, evidentă pentru totalitatea agenților economici și managerilor din țările dezvoltate, explică avalanșa de cercetări, studii, cursuri și consultanțe, având drept obiect strategiile. Amploarea necesității și implicațiilor strategiei asupra funcționalității și rezultatelor organizațiilor, conștientizată de manageri, întreprinzători, specialiști - la nivel de firmă - politicieni, economiști, administratori și juriști - la nivel de țară - se reflectă, uneori, în supralicitarea termenilor de strategie și strategic. O expresie a acestei tendințe o constituie, relativ, frecvențele referiri la management strategic, alianță strategică, control strategic, organizare strategică, coordonare strategică etc, care au proliferat mai ales în ultimul deceniu.</p> <p>Trecând peste aceste aspecte, este de reținut impunerea strategiei ca o componentă esențială a managementului atât în planul teoriei cât și al practicii.</p> <p>Situarea sa în prim planul managementului contemporan din țările dezvoltate este valabilă pentru toate tipurile de organizații macro, mezo și microeconomice. Firește, cel mai frecvent regăsim strategia la nivelul firmei, componenta economică de bază a</p>						

	<p>economiei. Aceasta nu înseamnă că este mai puțin importantă la nivel de economie națională. Păreră noastră este că, o activitate economică performantă, într-un anumit spațiu național, nu poate fi realizată dacă nu se dispune de o strategie națională coerentă, focalizată pe obiective competitive, riguros definite și fundamentate sub aspectul vectorilor de creștere economică, al resurselor și ai sincronizărilor temporale, care să asigure un context național, favorizant elaborării și implementării de strategii competitive de către cea mai mare parte a firmelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe generale</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacitatea de a utiliza vocabularul științific specific domeniului. ➤ Capacitatea de a sintetiza informațiile generale și specifice din literatura de specialitate. ➤ Capacitatea de a lucra în echipă pentru atingerea unui anumit scop propus. ➤ Abilitatea de a aborda aspectele strategiilor manageriale în organizațiile sportive. ➤ Abilitatea de a se integra în activități de elaborare a strategiilor prin utilizarea eficientă a cunoștințelor dobândite. ➤ Capacitatea de a iniția și susține conversații pe subiecte manageriale. ➤ capacitatea de a-și manifesta creativitatea și a exprima punctele de vedere față de ceilalți. <p style="text-align: center;">Competențe specifice</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Deprinderi de documentare și elaborare a unui plan strategic privind promovarea organizației sportive. ➤ Capacități de proiectare a unei strategii de dezvoltare a organizației sportive. ➤ Abilități de cunoaștere a strategiilor eficiente de folosire la maxim a resurselor existente pentru realizarea unei activități de elaborare a strategiei; ➤ Capacitatea de identificare a factorilor ce influențează procesul de implementare a strategiilor manageriale. ➤ Cunoașterea metodelor de lucru în procesul de fundamentare, elaborare și implementare a strategiilor manageriale. ➤ Abilități de inițiere a strategiilor de promovare a sportului ca produs orientat spre consumator. ➤ capacitatea de a evalua și a-ți asuma riscuri în diverse situații.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată defini principalele trăsături ale strategiei; ✓ să cunoască evoluția conceptului de strategie; ✓ să cunoască elementele componente ale strategiei și să le definească pe fiecare în parte; ✓ să cunoască factorii organizaționali definitori ai situației organizației sportive; ✓ să cunoască stadiile dezvoltării managementului strategic. ✓ să cunoască principalele elemente de conținut ale etapei de fundamentare a strategiei firmei; ✓ să cunoască definiția alianțelor strategice și politicilor organizaționale; ✓ să cunoască și să poată aplica în practică modalitățile de elaborare a strategiei organizaționale; ✓ să cunoască conținutul planului strategic al firmei; ✓ să cunoască strategiile specifice activității internaționale ale firmei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să compare toate definițiile date strategiei și să o selecteze pe cea mai adecvată. ✓ să determine obiectul, obiectivele, și scopurile strategiilor manageriale; ✓ să determine locul strategiilor manageriale în sistemul științelor; ✓ să cunoască tipurile de strategii în domeniul culturii fizice; ✓ să delimiteze strategiile ce vizează obținerea unei poziții competitive durabile; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată formula misiunea și obiectivele fundamentale ale unei organizații. ✓ să poată formula o definiție a managementului strategic;

	<ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată efectua o analiză inițială a unității sportive; ✓ să poată efectua o delimitare clară a strategiei de managementul strategic, alianțele strategice, politicile de firmă. ✓ să fie capabil să elaboreze planul strategic al unei firme; ✓ să cunoască fazele implementării strategiei; ✓ să fie capabil de a efectua o analiză a avantajelor competitive ale organizației. ✓ să elaboreze strategii manageriale în sport; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conceptul de strategie. Abordările strategiei.	16	2	6	8
	2	Caracteristicile, elementele și tipologia strategiilor manageriale.	14	2	5	7
	3	Managementul strategic și stadiile de dezvoltare ale acestuia.	20	2	8	10
	4	Delimitarea managementului strategic de strategie, alianțele strategice și politicile organizaționale.	16	2	6	8
	5	Procesul de elaborare, fundamentare și implementare a strategiei la nivelul organizațiilor sportive.	22	3	8	11
	6	Direcții strategice ale dezvoltării culturii fizice și sportului în Republica Moldova.	12	2	4	6
	7	Strategii în domeniul culturii fizice.	20	2	8	10
	Total :		120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii: Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</i></p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu</p>					

	<p>scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile practice și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Liliana Budevici-Puiu <i>Management și legislație în educația fizică și sport</i>. Vol.I și II, Iași, TEHNOPRES, 2006. 2. Alois Gherguț <i>Management general și strategic în educație (ghid practic)</i>, Iași, POLIROM, 2007. 3. Ioan Ursachi <i>Management (ediția a III-a revăzută și adăugită)</i>, București, Editura ASE, 2007. 4. Septimiu Florian Todea <i>Managementul educației fizice și sportului</i>, București, Editura Fundației România de Mâine, 2003. 5. Tipa Lazăr, Budevici Anatolie, Manolachi Veaceslav <i>Strategii și Management strategic în organizațiile sportive și antrenament (îndrumar metodico-didactic)</i>, Chișinău, Valinex, 2007. 6. <i>Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020)</i> / Univ. de Educație Fizică și Sport din Moldova; coord.: Manolachi Veaceslav – Ch.: Editura USEFS (Tipografia „Valinex” SRL), 2012. 7. Ion Petrescu <i>Management (ediția a II-a revăzută și adăugită)</i>, Editura TIPOCART BRAȘOVIA, 1993 8. Nicolescu O., Verboncu I. <i>Management</i>. București, 1999; 9. Ciobanu I. <i>Management strategic</i>. Iași, 1998; 10. Volcu Gh., Volcu I. <i>Rolul creativității în elaborarea strategiilor organizațiilor sportive</i>. Revista teoretico-științifică „Știința culturii fizice” Nr.11/3 Chișinău: Editura USEFS, 2012. 11. Кушнерёв А. Г. <i>Основы стратегического управления и бизнес-планирования в сфере физической культуры и спорта: (Учебник)</i> / А.Г. Кушнерёв; Гос. Ун-т физического воспитания и спорта Республики Молдова. – Кишинёв: Б. и., 2015 (Типогр. «Примех-Сом»). – 143 p. 12. Гертман М. <i>Стратегический менеджмент</i>: Пер. с франц. /Под ред. Д. О. Ямпольской. – СПб.: Нева, 2003. 	

Data completării: 01.09.2021

Budevici – Puiu Anatol



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Jocuri dinamice/ Tenis de masă *					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Bragarenco Nicolae, dr. în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 27	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact Direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	16	-	44	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Jocuri dinamice/ Tenis de masă” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina „Jocuri dinamice/Tenis de masă” prin obiectivele și conținuturile didactice programate, prevede acumularea cunoștințelor teoretice, formarea deprinderilor motrice generale și utilitar-aplicative, însușirea metodicii predării jocurilor dinamice și a formării deprinderilor motrice specifice din tenisul de masă, precum și formarea deprinderilor profesional-organizatorice necesare pentru activitatea viitorului specialist în domeniu, dar și a activităților recreativ-compensatorii.</p> <p>Curriculumul „Jocuri dinamice/ Tenis de masă” este elaborat în conformitate cu cerințele actuale ale învățământului formativ ce asigură realizarea obiectivelor</p>						

	<p>educaționale și a conținuturilor didactice și, în ansamblu, contribuie la formarea competențelor profesionale în domeniul studiat.</p> <p style="text-align: center;">Obiectivele generale ale disciplinei:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitarea integrării sociale a personalității studentului prin crearea condițiilor favorabile pentru dezvoltarea și realizarea maximă a potențialului intelectual și creativ; • Dezvoltarea competențelor pedagogice și organizatorice pentru realizarea obiectivelor educaționale și recreative în activitățile cotidiene; • Valorificarea analitico-sintetică și implementarea pragmatică a cunoștințelor teoretico-practice prin tehnologii didactice moderne. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi de performanță profesională.</p> <p>Conținuturile curriculare vor contribui la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință ale planului de învățământ, fiind structurate în baza principiilor consecutivității și accesibilității.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a conținuturilor, în vederea formării competențelor specifice disciplinei și a celor profesionale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina dată în anul II, semestrul 4, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite (ECTS).</p>
<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea aspectelor teoretice, metodice și aplicative ale jocurilor dinamice/ tenisului de masă, în conexarea diferitor activități de pregătire, recuperare și recreative, demonstrând atitudine și perseverență. • Practicarea jocurilor dinamice/ tenisului de masă în diferite forme de organizare, demonstrând motivației de practicare continue și propagare sistematică a activităților motrice-sportive în rândul generației în creștere. • Explorarea deprinderilor motrice și priceperilor organizatorico-pedagogice cu precădere din domeniul metodicii predării/organizării jocurilor dinamice și practicării independente a tenisului de masă în activități recreative, manifestând curiozitate și implicare. • Valorificarea culturii estetice și tactului profesional în activități de învățare și cotidiene, demonstrând calități specifice viitorului specialist din domeniul educației fizice și sportului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul activităților profesionale în corespundere cu necesitățile specifice domeniului; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul activităților de joc și pregătire specialistului în domeniul antrenamentului sportiv; • Autoevaluarea și autoaprecierea obiectivă în vederea formării profesionale în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii pe domeniul format.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ apariția și evoluția jocurilor dinamice/ tenisului de masă; ▪ clasificarea și sistematizarea jocurilor dinamice/ tenisului de masă; ▪ formele de practicare jocurilor dinamice/ tenisului de masă pentru activități de recreere și compensatorii; ▪ organizarea și desfășurarea jocurilor dinamice/ tenisului de masă specifice activității profesionale/domeniului de formare. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ selecta, demonstra și arbitra jocuri dinamice/tenisul de masă în activitățile formale și nonformale; ▪ aplica variante ale jocurilor dinamice/ mijloace din tenisul de masă în dependență de vârsta și sexul participanților; ▪ modela conținuturi didactice specifice jocurilor dinamice/ tenisului de masă;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ implementa jocuri dinamice/tenisul de masă ca activități de învățare în dependență de conținuturile activităților recreative. ▪ organiza și desfășura starturi vesele/competiții de tenis de masă. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine metode interactive și de joc în strategiile moderne de predare-organizare; ▪ să aplice metode eficiente de joc în activități recreative al subiecților încadrați; ▪ să elaboreze proiecte la nivel global și secvențial, a scenariilor specifice activităților aplicând activități de joc/tenis de masă; ▪ să respecte particularitățile specifice jocurilor dinamice/tenisului de masă. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	Jocuri dinamice					
	1	1. Originea și importanța socială a jocurilor dinamice. Caracterul fortificator și educativ. 1.1. Bazele metodicii practicării jocurilor dinamice în cadrul activităților de recuperare în domeniul kinetoterapiei.	8	2	6	4
	2	2. Formele de organizare și practicare a jocurilor dinamice în sistemul educației fizice și sportului. 2.1. Metodica organizării și desfășurării jocurilor dinamice.	8	2	6	4
	3	3. Jocuri dinamice pentru subiecți de diferită vârstă și nivel de pregătire în programul zilei. 3.1. Jocuri dinamice și pregătitoare din diverse probe sportive pentru recuperarea sportivelor după diferite traume.	8	2	6	2
	4	4. Jocuri dinamice și pregătitoare pentru educarea/ dezvoltarea calităților motrice. 4.1. Jocurile dinamice ca mijloc și metodă de recreere și recuperare.	6	2	4	5
	Tenis de masă					
	1	Geneza și evoluția jocului de tenis de masă. Tehnica și tactica jocului de tenis de masă. Tehnologia didactică. 1.1. Importanța jocului de tenis de masă. 1.2. Clasificarea procedeele tehnice: poziții, deplasări, servicii, lovituri.	8	2	6	4
	2	2. Caracteristicile jocului de tenis de masă. Priza paletelor. Pozițiile inițiale. Deplasări. 2.1. Clasificarea procedeele tehnice: poziții, deplasări, servicii, lovituri. 2.2. Tactica jocurilor de simplu. 2.3. Tactica jocurilor de dublu. 2.4. Tactica jocului în atac. 2.5. Tactica jocului în apărare. 2.6. Metodica învățării și perfecționării elementelor și procedeele tehnice de joc.	8	2	6	4

	3	3. Serviciul și procedeele de execuție. Jocul de simplu. 3.1. Procedeele de execuție a serviciului: <ul style="list-style-type: none"> • suveică, bumerang, evantai, pendul; • plate, cu rotire înainte, rotire înapoi, rotire laterală, rotire mixtă; • pe linie, pe centru, pe diagonală; • scurte, mijlocii, lungi. 3.2. Preluarea serviciului. Disputarea punctului. Jocul de simplu. Esența și caracteristicile jocului de simplu. 3.3. Aranjări. Deplasări. Serviciul. Preluarea serviciului. Disputarea punctului.	8	2	6	2
	4	4. Regulamentul competițional. 4.1. Terenul (încăperea) de joc. Masa de joc. Fileul. Paleta (lemnul și suprafețele de joc). Mingea. 4.2. Arbitrajul. Terminologia și metodica. 4.3. Scopul arbitrajului. Componenta și funcțiile colegiului de arbitri.	6	2	4	5
	Total :		60	16	44	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice cât și activitatea individuală a studentului. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, prezentarea practică, desfășurarea activităților prin joc etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială noninstrumentală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate prin alte discipline practice ale planului de învățământ.</p> <p>2. Evaluarea formativă care se efectuează sub forma de <i>prezentare și organizare a jocurilor dinamice cu colegii din grupă în lecțiile practice</i> ale cursului, și <i>activități individuale de proiectare a jocurilor în dependență de sarcina abordată</i>. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină în cadrul cursului. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea practică	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	Jocuri dinamice	
	<p>1. Badiu T., Ciorbă C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlarii (metode și mijloace). Editura „Garuda Art”. – Chișinău, 1999. 363 p.</p> <p>2. Ghimp A., Budevici-Puiu A. Teoria și metodica jocurilor dinamice. Manual pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 480 p.</p> <p>3. Rață g., Rață C-tin B. Aptitudinile în activitatea motrică, Editura Edusoft, Bacău, 2006.</p> <p>4. Stănescu M., Ciolcă C. și Urzeală C. Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Ed. Cartea Universitară, București, 2004.</p> <p>5. Асеева И., «Играем в игры-минутки: 15 минут — это много!», Издательство: Сибирское университетское издательство, 2010, с. 192.</p> <p>6. Жуков М. Подвижные игры. М.: Академия, 2000. 158 с.</p> <p>7. Левченко А. «Игры, которых не было: Сборник спортивно-подвижных игр», Издательство: Педагогическое общество России, 2007, с. 128.</p> <p>8. Утробина К.К. «Подвижные игры для детей 5-7 лет. Сценарии физкультурных занятий и развлечений в ДОУ», Издательство: ГНОМ, 2015, с. 35-56.</p>	
	Tenis de masă	
	<p>1. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.</p> <p>2. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с. 5-9.</p> <p>3. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.</p> <p>4. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.</p> <p>5. Mocrousov, E. <i>Table tennis as a third lesson in the system of physical education in primary school children.</i> In: 8th International Scientific Conference “Youth Sport 2016”. Ljubljana, Slovenia. 2016, p. 91-97. ISBN 978-961-6843-78-2.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena

Bragarenco Nicolae



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Turismul sportiv *					
Titularul cursului		Onoi Mihail, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Barber Vladimir, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 28	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație de Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	45	30	

<p>Nota de prezentare</p>	<p>Disciplina de studii „<i>Turismul sportiv</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul facultății de sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <p>-obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul general de studiu Științe al sportului, capabili de a: organiza activități turistice cu caracter sportiv, utiliza echipamentul turistic colectiv, individual și special în cadrul activităților turistice, executa procedee tehnice în cadrul activităților turistice sportive etc.;</p> <p>-obiective cadru ale învățământului turistic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul de formare profesională Științe ale sportului prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea aspectelor sportive ale activităților turistice și rolul lor în cadrul pregătirii sportivilor în diverse probe de sport;</p> <p>-obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții facultății sport din cadrul USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea și desfășurarea marșurilor turistice; Dirijarea și coordonarea activităților pentru organizarea diferitor tipuri de turism: pedestru, montan și nautic; Utilizarea metodologiilor de analiză a elementelor de topografie utilizate în cadrul activităților turistice; Organizarea și desfășurarea unei întruniri turistice la alegere (tehnica turistică sau orientarea sportivă); Susținerea și promovarea desfășurării activităților turistice în cadrul școlii și în afara ei; Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera turismului.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor în scopul practicării unor tipuri de turism specifice zonei geografice; • Utilizarea nodurilor turistice pe parcursul desfășurării marșului turistic pedestru și în timpul traversării etapelor tehnice;

	<ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește desfășurarea activităților turistice în cadrul secțiilor și cercurilor turistice. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească noțiunile principale ale turismului (turism, plimbare, călătorie, excursii, turism sportiv, marș turistic, orientare, turism pedestru, nautic și montan); • să identifice particularitățile fiecărui tip de turism (pedestru, montan și nautic); • să caracterizeze obiectivele principale ale călătoriilor și excursiilor turistice; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a călătoriilor și excursiilor turistice; • să identifice drepturile și responsabilitățile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice; • să caracterizeze procesul de organizare a activităților turistice în școli, licee, colegii și taberele de odihnă pentru copii. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine rolul și funcțiile conducătorului și a instructorului în timpul marșurilor turistice, excursiilor, călătoriilor ș.a; • să elaboreze un plan de pregătire și organizare a unui marș turistic de diferite categorii de complicitate; • să elaboreze un plan calendaristic de desfășurare a activităților, măsurilor și întrunirilor turistice (turiade, alpiniade, competiții); • să cunoască și să aplice procedeele tehnice și tactice în cadrul activităților turistice; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul marșurilor turistice: pedestre, montane, nautice. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze obiective concrete pentru activitățile turistice pe care le va desfășura; • să explice etapele de pregătire și desfășurare a marșurilor turistice; • să comunice și să acționeze eficient în cazurile excepționale ce pot apărea în timpul desfășurării activităților turistice (fie competiții sau marșuri turistice); • să respecte particularitățile fiecărui tip de activitate turistică (pedestru, nautic și montan). 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">LI</p>
	1	Turismul și locul lui în sistemul de educație fizică și sport	1	1		
	2	Formele și conținutul lucrului turistic în școli, licee, colegii și tabere de odihnă pentru copii	2	2		
	3	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice	4	2		2
	4	Noțiuni de topografie și cartografie	4	2		2
	5	Orientarea în contextul lumii sportive	2	2		
	6	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.	4	2		2
	7	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii	4	2		2
	8	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	4	2		2
	9	Formele și conținutul lucrului turistic în școli, licee, colegii și tabere de odihnă pentru copii	5		2	

	10	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice	4		2	
	11	Utilizarea echipamentului necesar pentru desfășurarea marșurilor turistice	4		2	2
	12	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan	2		2	2
	13	Tehnica și tactica marșului turistic nautic	4		2	
	14	Orientarea în contextul lumii sportive	8		2	
	15	Pregătirea topografică	8		2	
	16	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii	6		2	
	17	Regulamentul masurilor și întrunirilor turistice	8		2	
	18	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical.	6		2	2
	19	Orientarea cu busola	2		2	2
	20	Orientarea cu harta topografică	4		2	2
	21	Semnele convenționale, lucru cu harta topografică	4		2	
	22	Tehnica orientării sportive	2		3	2
	23	Tehnica măsurării distanțelor	8		2	2
	24	Tactica orientării sportive				
	25	Nodurile turistice și folosirea lor	2		2	2
	26	Nodurile de asigurare	4		2	
	27	Tehnica turistică la etapele tehnice: urcări și coborâri.	6		2	2
	28	Tehnica turistică la etapele tehnice: trecerea suspendată, corzi paralele și pendulul.	4		2	
	29	Analiza traumelor în cadrul acțiunilor turistice			2	
	30	Acordarea primului ajutor medical în cadrul acțiunilor turistice.			2	2
	Total :		90	15	45	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaic), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze</p>					

	<p>cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baculina T., Popovciuc M. Semnele convenționale pentru hărțile de orientare ISOM2000, Chișinău, 2004. 2. Dragoi C. Turism și activități sportive în spațiul montan. București: Editura Edusoft, 2006. 276 p. 3. Dumbravă B. Cartea munților. Și alte scrieri. Editura: România pitorească, 2015. 160 p. ISBN: 978-606-93923-0-0. 4. Ganopolschii V. Turism și orientare sportivă. Moscova, 1987. 5. Onoi M. Metodica pregătirii sportive în turism a copiilor de vârstă gimnazială în cadrul unui ciclu anual de antrenament. Revista științifico-metodică Teoria și Arta Educației Fizice în Școală. Ediția nr.1/2009, p. 39-40. 6. Vasilachi C, Barber V. Nodurile turistice. Chișinău, 2005. 7. Бабкин А. Специальные виды туризма: учебное пособие. Издательство: Издательство "Советский Спорт", 2008. 208 с. 8. Веткин В.А. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности. М.: Издательство:"Советский Спорт", 2014. 208 с. ISBN: 9785971805243. 9. Востоков И., Федотов Ю. Спортивно-оздоровительный туризм: учебник для ВУЗов. Гриф УМО. Издательство: Издательство "Советский Спорт", 2008. 464 с. 10. Вяткин Л., Сидорчук Е. Туризм и спортивное ориентирование. 5-е издание. Издательство: Академия, 2014. 224 с. 11. Дитятев О.П. Основы техники спортивного туризма и спортивного ориентирования [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие. Барнаул: АлтГПУ, 2015. 12. Зотова Н. Все о выживании в походе. Азбука туриста. Харьков: Издательство „Ранок”, 2010, с. 21-26. 13. Константинов Ю. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: Учебное пособие. Москва: Издательство "Советский Спорт", 2009. 392 с. 14. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие. 2-е изд., дополненное. М.: ФЦДЮТиК, 2006. 208 с. 15. Кудинов В.С. Учебник по технической подготовке юных спортсменов ориентировщиков. Уроки ориентирование в школе. Волгоград, 2017. 16. Максимов Л. Спортивный горный туризм. Москва, 2011. 708 с. 17. Поликарпов В. Методическая разработка внеклассного мероприятия по курсу ОБЖ. «Школьный туристический слет», 	

Data completării: 01.09.2021

Onoi Mihail

Barber Vladimir



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL III Semestrul 5							
Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Igiena educației fizice și a sportului					
Titularul cursului		Moroșan Raisa, dr. habilitat în medicină, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 05 O. 29	Anul	III	Semestrul	5
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (F - componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă	Numărul total de ore (pe semestru)din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	

<p>Nota de prezentare</p>	<p>Disciplina de studii „Igiena educației fizice și a sportului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii antrenorilor sportivi, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului pedagogic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul antrenamentului sportiv, capabili de a utiliza rațional metodele și mijloacele educației fizice, asigurând păstrarea sănătății sportivilor și atingerea performanțelor în proba sportivă aleasă. • obiectivele cadru ale învățământului prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului din domeniul antrenamentului sportiv, capabil să analizeze influența biologică a factorilor de mediu asupra organismului uman și să-i folosească adecvat, respectând, totodată, principiile de bază ale organizării antrenamentelor; principiile alimentației raționale, regimul de odihnă și antrenament etc.; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților - sportivi, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini profesionale; <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. VI, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice din domeniul igienei sportului în organizarea antrenamentelor și refacerii post – efort; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a activităților sportive, în conformitate cu cerințele actuale ale igienei sportului, referitoare la microclima edificiilor sportive, exploatarea sistemelor tehnico-sanitare, alimentația rațională, metodele și mijloacele de refacere după efort, folosirea eficientă a factorilor de mediu pentru călireasportivilor; • Utilizarea metodelor fiziologo-igienice de apreciere a călirii organismului cu frigul și analiza medico-biologică a rezistenței organismului la bolile infecțioase și de răceală; • Proiectarea unor lucrări de laborator bazate pe analiza microclimei edificiilor sportive (ori a terenurilor sportive) și elaborarea metodelor și mijloacelor de optimizare a acesteia; • Susținerea și promovarea modului sănătos de viață: prevenirea supraantrenării organismului și a stărilor de stres, combaterea deprinderilor vicioase etc.; • Asigurarea unui management eficient al entităților sportive, prin crearea condițiilor optime de antrenament în sălile de sport și igienizarea sistematică a acestora, în vederea reducerii riscului răspândirii maladiilor aerogene și a traumatismelor.

	<p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv în corespundere cu starea de sănătate a individului și necesitatea profilaxiei bolilor; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei și cerințele igienice față de organizarea antrenamentului sportiv în diferite zone climaterice. 					
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei <i>Igiena sportului</i> (scop, obiective, metode de cercetare științifică folosite); ▪ să identifice factorii de risc pentru starea de sănătate a sportivilor, atât în edificiile sportive, cât și pe terenurile de sport, în vederea prevenției maladiilor infecțioase și necontagioase; ▪ să caracterizeze acțiunea benefică (ori nocivă) a factorilor de mediu asupra organismului uman; ▪ să analizeze principiile alimentației raționale; ▪ să specifice particularitățile alimentației sportivilor la diferite etape de activitate; ▪ să prezinte mecanismele fiziologice de călire a organismului cu temperaturile înalte și scăzute ale mediului ambiant; ▪ să aplice metodele de determinare a cheltuielilor energetice ale sportivilor etc. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine și să estimeze parametrii microclimei din sala de sport; ▪ să elaboreze un plan de optimizare a microclimei edificiului sportiv; ▪ să analizeze și să explice rolul factorilor de mediu în pregătirea sportivilor; ▪ să determine valoarea energetică și nutritivă a rației alimentare zilnice a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în cadrul disciplinei respective, atât în competiții, cât și în procesul de refacere după efort. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența procesului de adaptare a organismului la condițiile de mediu; ▪ să îmbine cunoștințele din fiziologie, anatomie și igienă pentru a organiza corect procesul de antrenament sportiv; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru păstrarea și fortificarea sănătății sportivilor; ▪ să respecte și să promoveze modul sănătos de viață. 					
<p style="text-align: center;">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">N/o</p>	<p style="text-align: center;">Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/Lab.	LI
	1	Întroducere în disciplină. Factorii de mediu în sport	24	4	10	10
	2	Igiena edificiilor sportive	26	4	12	10
	3	Călirea organismului	20	2	8	10
	4	Igiena alimentației sportivilor	32	4	8	20
	5	Regimul de viață și antrenament al sportivilor	18	1	7	10
		Total :	120	15	45	60
<p style="text-align: center;">Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lucrările de laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică ori dezbateri, dar poate fi și mixt: prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lectorul utilizează expunerea orală, conversația, demonstrația, completate cu elemente noi: dialogul, demonstrarea grafică și, în caz de necesitate, folosind mijloacele audio-vizuale, experimentul pedagogic etc. În cadrul cursului se organizează prezentări în programul PowerPoint, a studiilor de caz, diferite activități</p>					

	<p>frontale, activități de grup, activități individuale.</p> <p>Lucrările de laborator, de asemenea, au mai multe forme, fiind folosite aparatele, instrumentele, dar și tabelele specifice din dotarea catedrei.</p> <p>Metode de lucru: prezentarea aparatelor, expunerea modului de lucru cu ele, explicația principiilor de lucru a acestora, dialogul, lucrul individual ori în echipă. La finele fiecărei lucrări de laborator studenții elaborează concluzii și recomandări igienice, care sunt analizate și evaluate, iar mai apoi, fixate în caiete.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea laprelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Banu C. Tratat de inginerie alimentară. Volumul I. ASE București. 2006. 225 p. 2. Moroșan R., Moroșan I. Estimarea igienică a factorilor de mediu în educația fizică și sport. Note de curs. Tipografia "Primex-Com". Chișinău, 2017. 52 p. ISBN 978-9975-110-89-1 3. Godorozea M. Lucrări de laborator la Igiena educației fizice și sportului. Chișinău, 2004. 67 p. 4. Erhan E. Dudnic E. Turuta L. Igiena individuală a sportivului. Chișinău, 2013. 40p. 5. Moroșan R., Pavlov L., Moroșan I. Igiena educației fizice și sportului. Material didactic. Chișinău, 2002. 64 p. 6. Moroșan R., Moroșan I. Aspecte fiziologo-igienice privind rolul exercițiilor fizice în dezvoltarea fizică și fortificarea aparatului locomotor al elevilor. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012/2, p. 14-18. 7. Moroșan R., Moroșan I. Cerințe igienice privind desfășurarea lecțiilor de educație fizică în școală. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012, nr.1, p. 5-12. 8. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта. Москва: Издательский центр «Академия», 2005. 245 с. 	

	<p>9. Вайнбаум Я.С., Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания :Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 240 с.</p> <p>10. Лаптев А.П., И.И.Мальшева. Практикум по гигиене. М., 1981.</p> <p>11. Лаптев А.П., Полиевский О.А. Гигиена. М., 1990.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Moroşan Raisa



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Medicina sportivă					
Titularul cursului		Dudnic Eugeniu, dr. în biologie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 05 O. 30	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	20	25	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina "Medicina sportivă" este o disciplină complexă cu interferență teoretică și practică, care valorifică efectele exercițiilor fizice și a factorilor naturali, asupra organismului uman în scopul profilactic pentru a asigura o dezvoltare corectă și armonioasă și în scop terapeutic în vederea corectării deficiențelor fizice și pentru tratarea afecțiunilor intercurrente și traumatice, apărute în timpul practicării educației fizice și sportului. Este o disciplină contemporană, utilă studenților USEFS, ce le permite de a monitoriza organismul sportivului și a limitelor performanței umane, ambele aspecte fiind impuse de marea performanță. Medicina sportivă se corelează cu alte discipline cum ar fi: anatomia umană; fiziologia umană; fiziopatologia; ergofiziologia; traumatologia; biomecanica; biochimia; igiena educației fizice; kinetoterapia.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deprinderea noțiunilor clinice și interpretarea probelor paraclinice necesare în elaborarea avizului medico-sportiv, • Diagnosticul, tratamentul și recuperarea patologiei sportive. • Dirijarea medicala a antrenamentului sportive. • Asigurarea asistenței medicale de urgență a sportivilor. • Identificarea particularităților de recuperare în traumatologia sportivă și alte patologii asociate sportului de performanță • Prescrierea exercitiului fizic în funcție de particularitățile biologice personale • Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor practicării sportului • Prescrierea exercitiului fizic în scopul profilaxiei bolilor datorate sedentarismului și a creșterii calității vieții a pacienților cu boli cronice 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască corect termenii specifici limbajului medical prin distingerea sensului lor de cel din limbajul comun • să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei • să identifice metodele adecvate și accesibile de dirijare a antrenamentului sportiv • să recunoască situațiile patologice, de oboseală, de supraantrenament. • să evidențieze în contexte diferite metode de profilaxie • să cunoască în contexte diferite măsuri de I ajutor • să analizeze un program de antrenament din punct de vedere științific <p align="center">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să stabilească rolul și importanța medicinei sportive în menținerea sănătății și a performanței • să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională • să analizeze componentele antrenamentului sportiv • să utilizeze raționamente și cunoștințe în diagnosticarea limitărilor funcționale ale organismului • să elaboreze programe de monitorizare a antrenamentului sportiv • să creeze programe de restabilire individuale • să eficientizeze antrenamentul sportiv în vederea obținerii succesului de performanță. • să prognozeze succesele sportivilor • să promoveze principiile de fair-play <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cominice și să acționeze eficient în cadrul echipei sportive multidisciplinare • să aplice cunoștințele în efectuarea cercetărilor științifice în domeniul profesional • să manifeste receptivitate, cunoaștere și comunicare interpersonală • să manifeste capacități de formulare a unor ipoteze și a unor concluzii referitoare la unele situații concrete • să utilizeze unele metode simple și procedee de autocunoaștere în vederea autoreglării emoționale și a orientării profesionale 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Lab/Sem</p>	<p align="center">LI</p>
	<p align="center">1</p>	<p>Medicina sportivă clinică omului sănătos. Noțiunea de medicină sportivă Istoria medicinei sportive pe plan mondial și național Scopul și obiectivele medicinei sportive contemporane</p>	<p align="center">8</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>
	<p align="center">2</p>	<p>Controlul medico-sportiv complex. Anamneza medico-sportivă.</p>	<p align="center">12</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">6</p>

	<p>Consultația medicilor specialiști. Diagnosticul funcțional. Examenul antropometric. Investigații de laborator.</p>				
3	<p>Noțiune de cord sportiv. Particularitățile cordului sportiv. Reglarea activității cardiace. Cercetarea stării funcționale a sistemului cardiovascular. Metode clinice de apreciere a activității cardiace. Efectuarea probei funcționale Ruffier. Metoda îndeplinirii probei Martinet. Aprecierea probei combinate Letunov. Proba PWC-170. Moartea subită în sport.</p>	22	4	8	10
4	<p>Particularitățile anatomice și fiziologice a aparatului respirator la sportivi. Adaptările de scurtă și lungă durată a aparatului respirator la efort fizic. Antrenamente sportive în condiții de hipoxie. Adaptarea sportivului la hipoxie. Diagnosticul clinic a aparatului respirator. Evaluarea aparatului respirator la sportivi: spirometria dinamică, peakflowmetria, proba Rosenthal, Stanghe și Ghence.</p>	18	4	6	8
5	<p>Alimentația sportivă. Rolul alimentației în performanța sportivă. Trofinele energetice și protectoare. Rolul mineralelor și vitaminelor în performanța sportivă. Suplimentarea cantitativă și calitativă. Aspecte ale deshidratării și rehidratării în sport.</p>	20	4	6	10
6	<p>Aclimatizarea la sportivi. Antrenamentele la altitudine medie. Aspecte fiziologice și biochimice de adaptare la variații de fusuri orare. Aspecte fiziologice și biochimice de adaptare la variații termice.</p>	8	2	2	4
7	<p>Farmacologia sportivă. Farmacologia susținătoare de efort. Farmacologia de refacere rapidă.</p>	12	2	4	6
8	<p>Oboseala și supraantrenamentul sportiv. Starea de oboseală. Simptomatologia și profilaxia.</p>	12	2	4	6
9	<p>Fenomenul dopajului în practica sportivă. Scurt istoric al fenomenului de dopaj în activitățile sportive. Drepturile și obligațiile sportivului în controlul doping. Substanțe și metode interzise. Politica mondială anti-doping. Sancțiuni în caz de rezultat doping pozitiv.</p>	14	2	4	8

	10	Traumatologia sportivă. Clasificarea factorilor favorizanți ai traumatismelor sportive. Traumatismele părților moi. Traumatismele articulațiilor. Traumatismele oaselor. Traumatismele specifice activităților sportive de echipă. Traumatismele specifice activităților sportive individuale.	16	4	4	8
	11	Primul ajutor în urgențe medicale, Aspecte ale situației de urgență în activitățile sportive. Primul ajutor și măsurile de prevenire	8	2	2	4
	Total :		150	30	45	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>a) Activitatea de curs: Cursul se va desfășura într-o formă clasică de prelegeri, precum și cu prezentarea unor prelegeri asistate de calculator în programul Power-Point. Totodată, activitatea de curs va cuprinde prezentarea unor materiale video și filme documentare etc.</p> <p>b) Activitatea de laborator: Pregătirea în prealabil, prin studiu individual al noțiunilor predate în cadrul cursului (masterandul va reda noțiunile predate la curs; obligativitatea cunoașterii noțiunilor predate la cursurile anterioare)</p> <p>c) Detalii organizatorice, gestionarea situațiilor excepționale: · Prezența la orele teoretice și laborator: potrivit regulamentului în vigoare; · Absențele se pot recupera doar în cursul săptămânii; - Rezolvarea contestațiilor: Reevaluarea subiectului în cadrul unui examen scris sau oral.</p> <p>d) Organizarea activității individuale ale studentului: Cele mai importante activități de lucru individual solicitate de către profesor se referă la: - studierea notelor de curs, completarea și extinderea lor; - studiul cu cartea / manual / monografie/compediu /atlas; - elaborarea referatelor, lucrărilor de analiză și cercetare; - folosirea informațiilor TIC; - rezolvarea de probleme (studii de caz, analize, sinteze...) - realizarea proiectelor individuale / de grup; - pregătirea către evaluările intermediare și finale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul</p>					

	<p>vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ionescu A., Medicina Sportivă Performanța și Sănătate, Editura Medicală, București, 2011. 2. Dragan I., Medicina sportivă, ed. Medicală, București, 2002. 3. Godorozea M., Îndrumar pentru lucrări de laborator la medicina sportivă, INEFS, Chișinău, 2002. 4. Gorea N., Ghid medical pentru antrenori și sportivi, ed. ASEM, Chișinău, 2006, 64 p. 5. Mihăilescu P. D., Refacerea în sportul de performanță, ed. Univ. din Pitești, 2011. 6. Pintilei S., Medicina sportivă pentru studenți și medici, USMF, „N. Testemițeanu”, 2001. 7. Sport medicine manual, Comitetul Internațional Olimpic, 1999. 8. Bezdead Paraschiv, Vitaminele și sănătatea, Ed. Recif, București, 1994, p. 62 9. Larousse, Dicționar de medicină, Univers Enciclopedic, București, 1998. 10. Rinderu E.T., 1996, Physiology of effort; University of Craiova Printing House, p. 142 11. Jucov A., Țiganaș O., Mecanismele de acțiune și efectele substanțelor interzise, Îndrumar metodic, Chișinău, USEFS, 2016, 68 p. 12. Jucov A., Țiganaș O., Farmacocinetica și farmacodinamica substanțelor dopante, Chișinău, USEFS, 2016, 41 p. 	

Data completării: 01.09.2021

Dudnic Eugeniu



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Politologia					
Titularul cursului		Leșcu Artur, dr. în istorie, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 05 A. 31	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@univ.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „<i>Politologie</i>„ reprezintă un demers teoretic axat pe analiza structurilor și mecanismelor de funcționare ale politicului în societate. Orice investigație profundă și amănunțită asupra sistemului social global, inclusiv asupra condiției umane, nu se poate realiza fără o analiză a politicului. Ultimele evenimente din spațiul internațional, dar și cel național arată că sectorul politic rămâne locul deciziei și interfața care permite comunicarea cu celelalte domenii ale vieții sociale.</p> <p>Prin conținutul său, cursul își propune să creeze cadrul pentru inițierea studenților de la specialitatea <i>1000.1 Antrenament Sportiv</i> cu instrumentarul conceptual al științei politice urmărind să contribuie la formarea unor abilități cognitive care să faciliteze operarea cu aceste concepte în realizarea unor analize științifice ale fenomenelor politice. În cadrul orelor practice se vor analiza diferite aspecte legate de curs cu scopul de a-i deprinde pe studenții de la specialitatea <i>1000.1 Antrenament Sportiv</i> să sesizeze factorii implicați în viața politică și modul în care aceștia interacționează, determinând dinamica celorlalte domenii ale vieții sociale. Structurarea cursului nu constituie o</p>						

	<p>simplă succesiune de teme. Ea vizează o ordonare logică, dar și una didactică a materialului.</p> <p>Prin valorile pe care le evidențiază și cu care operează, convertite în comportamentul politic, prin impactul asupra membrilor societății, cursul de politologie capătă o deosebită însemnătate în procesul formării profesionale, lărgind și îmbogățind atât competențele cognitive, cât și orizontul spiritual al studenților de la specialitatea <i>1000.1 Antrenament Sportiv</i>.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului politic. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul politologiei. • Implementarea cunoștințelor teoriei politice privind analiza activității partidelor politice. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul științei politice în analiza proceselor politice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a studia dimensiunile ideologice ale activității partidelor politice. • Selectarea metodelor eficiente de cercetare ale activității actorilor politici. • Abilitate de a activa în instituțiile societăților civile și politice din țară. • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Aplicarea tehnologiilor informaționale în procesul de analiză a fenomenelor și instituțiilor politice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze calitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderile de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul politologie; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze ideologiile politice din țară; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Politologia – obiect de studiu științific</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>2</p>	<p>Gândirea politică în istoria umanității</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>3</p>	<p>Puterea politică</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>4</p>	<p>Sistemul politic</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>5</p>	<p>Regimul politic</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>6</p>	<p>Statul, element principal a sistemului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>

	politic				
7	Partidele politice și sisteme electorale	12	4	2	6
8	Elita politică	6	2	1	3
9	Liderismul politic	6	2	1	3
10	Cultura politică	6	2	1	3
11	Conștiința politică	6	2	1	3
12	Ideologii politice	6	2	1	3
13	Politica externă și relațiile internaționale	6	2	1	3
14	Politica și sportul	6	2	1	3
Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</p> <p>Scrierea liberă; Studiu de caz</p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<p>1. Almond Gabriel A., Știința politică: istoria disciplinei. - Manula de știință politică / ed. Robert E. Goodin, Hamns – Dieter Klingemann; trad.: Irina Ana Kantor, Ileana Cristina Stănuș, Romana Careja... – Iași: Polirom, 2005. P. 60 – 97.</p> <p>2. Aristotel, Statul, editura Antet, București 2003.</p> <p>3. Aristote, Politica, editura Antet, București 2003.</p> <p>4. Beniuc V., Politologia, Chișinău, 2000.</p>				

5. Dicționarul marilor gânditori politici ai secolului XX (coordonatori Robert Benewick și Philip Green), Editura Artemis, 2002
6. Efremov V. Politologie. Teste.-Ch.:2009.
7. Efremov V. Politologie: Știință și disciplină de studiu. Ch.:, 2010.
8. Efremov V. Evoluția gândirii politice. – www.perspectiva.md
9. Enciu N. Politologia. – Chișinău: Civitas, 2005
10. Fisichella D.,Știința politică: probleme,concepte teorii / Domenico Fisichella; trad. și postf. De Vixctor Moraru. – Iași: Polirom, 2007
11. Lijphart, Arend – Modele ale democrației, Polirom, Iasi, 2006
12. Miroiu, Adrian - Fundamentele politicii (volumele 1 si 2), Polirom, Iasi, 2006
13. Mungiu-Pippidi, Alina (coord.) – Doctrine politice, Polirom, Iasi, 1998
14. Mitran I., Politologia în fața secolului XXI., București, 1997.
15. Moșneaga V., Politologia, Chișinău, 1999
16. Nay, Oliver – Istoria ideilor politice, Iasi: Polirom, 2008
17. Oxford. Dicționar de politică(coord. Lain Mclean), Editura Universul enciclopedic. București, 2001.
18. Rusnac Gh., Moșneaga V., Varzari P., Politologia – știință și disciplină de studiu. - Politologie: manual pentru specialitățile nonprofil. Univ. De Stat din Moldova. FRIȘPA. Catedra Politologie și Educație Civică. – Ch.: CEP USM, 2007
19. Rusnac Gh. Știința politică în Republica Moldova la etapa actuală // MOLDOSCOPIE (Probleme de analiză politică). Nr. 2 (XXXVII), 2007. – Chișinău: CEP USM, 2007.
20. Țirdea, Bogdan Noroc L., Politologie, Chișinău, 2008

Data completării: 01.09.2021

Leșcu Artur



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Istoria gândirii politice					
Titularul cursului		Leșco Victoria, dr. în științe ale educației, lect. univ.					
L	Codul cursului	U 05 A. 32	Anul	III	Semestrul	5	
3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare		Ex.		
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@univ.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Istoria gândirii politice” este un studiu cu caracter teoretic, fiind destinat studenților anului III de la specialitatea 1000.1 <i>Antrenamentul sportiv</i>, care are ca scop studierea apariției și evoluției istoriei gândirii politice. Necesitatea studierii acestui curs este determinată de cunoașterea de către studenți a apariției doctrinelor politice. Cursul va contribui la formarea conceptelor asupra domeniului politic.</p> <p>Actualitatea cursului este generată de faptul că astăzi, pentru a analiza fenomenele politice este nevoie de cunoscut geneza și dezvoltarea acestor fenomene pe parcursul secolelor. Cursul implică însușirea ideologiilor politice a gânditorilor politici din diferite țări.</p> <p>Disciplina reprezintă un curs teoretic, destinat studenților ciclului I, an. III. Statutul curriculumului „Istoria gândirii politice”, în aria curriculară a specializării, este curs de orientare socioumanistică pentru domeniul de studiu, oferind 3 credite. Baza metodică a cursului oferă diverse mecanisme, tehnici, moduri de abordare a unităților de conținut și include ultimele noutăți științifice din domeniu. Beneficiarii: Cursul este</p>						

	<p>destinat studenților de la specialitatea <i>1000.1 Antrenament sportiv</i>, cu studiile la zi și la frecvență redusă, limba română și rusă de predare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și înțelegerea noțiunilor, conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale teoriei politice; • Utilizarea și stăpânirea adecvată a conceptelor, ideilor și noțiunilor specifice gândirii politice și discursului politic. • Analiza și interpretarea proceselor politice europene și internaționale cât și a sistemelor partidelor politice europene. • Selectarea conceptelor fundamentale pentru analiza evoluțiilor politico-instituționale. • Recunoașterea metodelor fundamentale pentru explicarea și interpretarea proceselor și strategiilor specifice acestui domeniu. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Familiarizarea cu terminologia politică, prin analiză de texte și baze de date specifice. • Participarea la realizarea unui proiect în echipă cu asumarea de roluri specifice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească noțiunile din domeniul politic; • să cunoască aria de utilizare a terminologiei politice; • să utilizeze adecvat limbajul specific în comunicarea politică; • să analizeze principalele abordări ale Istoriei gândirii politice; • să evalueze rolul IGP în activitatea politică; • să transpună cunoștințe acumulate la crearea unui climat adecvat activității profesionale. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să identifice structura și mecanismele de funcționare a organizațiilor politice; • să identifice relația dintre organizațiile politice și internaționale; • să stabilească specificul Istoriei gândirii politice; • să examineze cadrul juridic ce reglementează unele aspecte ale domeniului politic; • să determine particularitățile diferitelor idei politice în istoria gândirii politice; • să evalueze tendințele de dezvoltare a sistemului politic contemporan; • să interpreteze unele concepții politice din trecut prin prisma teoriilor moderne. • să determine componentele sistemului politic; • să utilizeze spiritul critico-constructiv în analizarea principalelor aspecte specifice ale politicului din Republica Moldova; • să examineze valorile fundamentale, valabile pentru instituțiile politice din Republica Moldova. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să argumenteze rolul IGP în politologia contemporană a culege date, informații privind dezvoltarea JGP; • să analizeze evoluția ideilor politice în diferite epoci istorice; • să estimeze influența ideilor politice antice și medieval asupra politologiei contemporane; • să analizeze și rezolve unele probleme ce țin de deciziile politice; • să propună modele și soluții de depășire a problemelor politice din Republica Moldova; • să aplice metode și tehnici specifice domeniului politic; • să formuleze recomandări și să argumenteze acestora pentru soluționarea unor posibile „puncte slabe” din managementul politic diunRM.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Istoria gândirii politice ca obiect de studiu social-politic	6	2	1	3
	2	Gândirea politică în Orientul Antic	6	2	1	3
	3	Ideile social-politice în Grecia Antică	6	2	1	3
	4	Gândirea politică în epoca Renașterii. N. Machiavelli – titan al Renașterii	6	2	1	3
	5	Începuturile comunismului utopic (sec. XVI-XVII)	6	2	1	3
	6	Gândirea politică în epoca iluminismului francez din sec. XVIII	6	2	1	3
	7	Doctrinile politice în perioada revoluției engleze din sec. XVII	6	2	1	3
	8	Gândirea politică în perioada războiului de independență a SUA (1775-1783)	6	2	1	3
	9	Doctrina socialismului utopic în perioada revoluției din Franța din sec. XVIII	6	2	1	3
	10	Concepțiile politice al filosofiei clasice germane sec. XVIII-XIX	6	2	1	3
	11	Doctrina comunismului utopic din sec. XIX	6	2	1	3
	12	Doctrina politică marxistă	6	2	1	3
	13	Apariția științelor politice contemporane	6	2	1	3
	14	Gândirea politică în Moldova	6	2	1	3
	15	Ideile politice în Rusia	6	2	1	3
	Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele de organizare a instruirii: Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, prelegere – dezbateri, prelegere dialogată; curs practic – aplicativ. Seminarul de asemenea are mai multe forme: seminarul – dezbateri, seminarul pe baza referatelor, seminarul pe baza cercetării, seminarul pe baza jocului didactic,.</p> <p>Strategii/ tehnologii didactice aplicate Strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, lucrul cu actele normative problematizarea. Cursul se desfășoară interactiv – anumite aspecte prezentate sunt problematizate, cadrul didactic cerând părerea studenților. Sunt folosite de asemenea în cadrul cursului numeroase exemple practice, studii de caz, bune practici din alte țări.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind</p>					

	de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	1. Andreiță L.M., Tradiții ale gândirii politico-juridice românești , - București, 1993 2. Aristotel. Politica.- București, 1966. 3. Alighiere Dante, volumele I-III, Chișinău, 1968 4. Bădina O., Introducere în sociologie, Volumul I-II.- Chișinău, 1993 5. Buse D., Istoria politică și istoria gândirii politice.- Internet, ÎD 6. Carpinschi A., Deschidere și sens în gândirea politică.- Iași, 19957. 7. Ciotea Florin, Istoria gândirii politice (plan prospect) (internet) 8. Din istoria gândirii social-politice și filosofice în Moldova/ Sub red. Lui Ermuratschi V.N., Șeglov A.V. Chișinău, 1970. 9. Eliade M., Istoria credințelor și ideilor religioase.- București, 1986 10. Enciclopedia Blackwell a gândirii politice / Coord. Miller D. – București, 2000 11. Juc V., Din istoria gândirii politice românești (în Moldova).- Chișinău, 1997 12. Fundamentele gândirii politice moderne (Antologie comentată).- Iași, 1999 13. Gilcescu Ghe – Istoria gândirii politico-juridice, E.D.P. București, 1969 14. Gortopan N., Doctrinile filosofice în evoluția lor. Vol. I.- Chișinău, 1998 15. Grenier H., Marile doctrine morale.- București, 1995 16. Musca Vasile, Introducere în filosofia lui Platon.- Cluj-Napoca, 1994 17. Oțetea Andrei, Renașterea și reforma, București, 1941 18. Oliver Nay, Istoria ideilor politice, Iași, 2008 19. Pițurca Aureliu, Istoria ideilor politice, Craiova, 2002 20. Rîbca E., Istoria doctrinelor politice și de drept.- Chișinău, 2005 21. Strah D. Istoria gândirii politice (Din sec. XVIII până la constituirea științei politice contemporane.). Chișinău, 1996 22. Strah D. Istoria gândirii politice (Din antichitate pînă în secolul al XVIII-lea).- Chișinău, 1998 23. Stanciugelu Ștefan, Istoria ideilor politice. Învățămînt la distanță.- Craiova, 2002 (internet) 24. Stroe G., Culic N., Momente din istoria filosofiei dreptului.- București, 1994 25. Trăsnea Ovidiu, Filosofia politică : momente și semnificație. București, 1986 26. Trousson R., Istoria gândirii libere. De la origini pînă la 1789.- Iași, 1997 27. Voiculescu Marin , Istoria doctrinelor politice, București 1992 28. Алексеева Т.А. Современные политические теории. Опыт Запада: Курс лекций М., 2000. 29. Бойцова О.Ю. Политическая наука в XX в.: общие характеристики и основные этапы становления // Вестник Московского университета. Серия 12. Политические науки. 2001. № 1 30. История политических и правовых учений. XX в. М., 1995. 31. История политических и правовых учений/ Под ред. Нерсесянца В.С., 4-ое издание переработанное и дополненное.- Москва.- 2007	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă – II MITPSA – II (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Tăbîrța Vasile, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Sîrghi Serghei, dr. în științe pedagogice, conf. univ., Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Conohova Tatiana, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codulcursului	S 05 O. 33	Anul	III	Semest rul	5
Nr.credite		Limbade instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Oredecontact direct		90	Studiuindividual	90	Totalorepe semestru		180
Regimuldisciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărltotaldeore (pesemestru)dinplanuldeînvățământ (C-curs, S-seminar, L/P-M-lucrări practico-metodice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail com	Total	C	S	L/P-M	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	Disciplina de studii „MITPSA II” (jocurile sportive) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul jocurilor sportive, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. <i>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ.</i>						

	<ul style="list-style-type: none"> • Acumularea cunoștințelor metodico-practice ce țin de pregătirea tactică în domeniul jocurilor sportive. • Înțelegerea esenței pregătirii tactice ale sportivilor în jocurile sportive. • Formarea deprinderilor organizatorico-pedagogice, privind predarea acțiunilor tactice jucătorilor în proba sportivă aleasă. • Determinarea și selectarea a instrumentelor metodice pentru planificarea antrenamentului sportiv și rezolvarea obiectivelor principale ale lecției de jocuri sportive. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul jocurilor sportive</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilor și echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor specifice de dirijare și coordonare în domeniul jocurilor sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire tactică la „jocuri sportive”; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul jocurilor sportive; • Desfășurarea procesului instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice; <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării jocului dat în lume.</p>
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive (tactica, pregătirea metodică, procesul de instruire, acțiunile specifice); ▪ să identifice metodele pedagogice și ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire ale jocurilor sportive; ▪ să caracterizeze mijloacele inovative care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a procesului de antrenamente sportive cu scopul îmbunătățirii pregătirii tactice ale jucătorilor; ▪ să identifice aspectele specifice ale pregătirii tactice a jucătorilor în ramura sportivă aleasă; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire tactică a sportivilor de diferite vârste. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine acțiunile tactice din proba sportivă aleasă; ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui jucător din proba aleasă; ▪ să analizeze și să explice pregătirea tactică a sportivului; ▪ să determine metoda însușirii a acțiunilor tactice principale din jocuri sportive;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu jucători și echipe de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura tactică a jocului sportiv; ▪ să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de pregătire tactică; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tactică a sportivului ce practică jocuri sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Numărul de ore		
	Curs	LP	LI			
	1	Rolul și importanța pregătirii tactice.	8	2	2	4
	2	Bazele teoretico – metodice privind pregătirea tactică în jocurile sportive.	12	4	2	6
	3	Clasificarea tacticii jocului.	4	2		2
	4	Tehnologia instruirii acțiunilor tactice. etapele învățării.	12	4	2	6
	5	Metodologia instruirii acțiunilor tactice individuale în atac.	20	2	8	10
	6	Metodologia instruirii acțiunilor tactice în grup în atac.	32	4	12	16
	7	Metodologia instruirii acțiunilor tactice pe echipe în atac.	32	4	12	16
	8	Metodologia instruirii acțiunilor tactice individuale în apărare.	12	2	4	6
	9	Metodologia instruirii acțiunilor tactice de grup în apărare.	24	4	8	12
	10	Metodologia instruirii acțiunilor tactice colective în apărare.	24	2	10	12
Total :			180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât</p>					

	<p>cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>		
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală		100%
	Nota pentru evaluarea finală		40%
	Nota evaluarea curentă		20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%
	Nota lucrul individual		20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. 2. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p. 3. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. 4. Портнов Ю. Баскетбол. Учебник для ВУЗов ФК. М., 1997, 476 стр. 5. Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. 6. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. 7. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p. 8. Ивойлов А. Волейбол. Минск, Высшая школа, 1983, 365 с. 9. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Alma Mater, Bacău, 2002. 10. Motroc I., Cojocaru V. Fotbal. Curs de bază. ANEFS, București 1991. 11. Mocrousov, E., Grosul, V. <i>Specific methodological aspects of enhancing the cadet's athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance.</i> Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0. 12. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players.</i> In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. 13. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development.</i> World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723. 14. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development, Journal of Sport Sciences Researches, http://dergipark.gov.tr/jssr. Volume 2. Issue 2. December 2017. Manisa. Turkey. ISSN: 2548-0723. p.59-68. DOI:10.25307/jssr.362606.</i> 		

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă I MITPSA – I (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela, dr în pedagogie, conf. univ. Dergacenco Ivan, dr. în pedagogie, conf. univ. Gîlcă Maxim, asistent universitar Postolachi Alexei, asistent universitar					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 05 O. 33	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		6	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă II,, (probe sportive individuale) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, în cadrul facultății de Protecție, pază și securitate a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană pe perioada 2015-2021, acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării</p>						

	<p>activității didactice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Adaptarea curriculumului la schimbările intervenite în învățământul european. - Dobândirea de cunoștințe teoretice și practice la învățarea și consolidarea principalelor elemente specifice ramurei de sport practicate - Însușirea principalelor mijloace necesare pregătirii fizice specifice ramurei de sport practicate precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare - Utilizarea terminologiei specifice ramurei de sport practicate. - consolidarea calității proiectării activităților didactice, noilor tehnologii de predare învățare și evaluare. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II, sem. 4, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea de competențe fundamentale privind activitatea didactică la disciplina MITPRSA I și pregătirea profesională pedagogică a antrenorilor-manageri; • Acumularea cunoștințelor legate de metodicile învățării a procedurilor tehnice, noțiuni terminologice. • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor sportive în cadrul Școlilor sportive, specializate la secții cu elevii de diferite vârste; • Practicarea metodologiilor de analiză a sistemelor de bază în pregătire tehnico-tactică în luptele sportive; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul antrenamentului sportiv ; • Susținerea și promovarea organizării cursurilor de perfecționare cu specialiști de peste hotare; • Metodica învățării acțiunilor tehnice, formarea calităților atitudinale, de personalitate, de colegialitate, dăruire de sine și responsabilitate, disciplină, sentimentul datoriei. <p style="text-align: center;">Subcomponențe psihomotrii:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Educația atenției și memoriei operative substanțe formele de manifestare (auditivă, vizuală, verbală); • Formarea deprinderilor și pricepiilor antrenamentului practic în diferite situații extreme, sub influența altor factori ca: auditoriu, sala, zgomot, oboseala, suporterii ș.a.; • Formarea pricepiilor de anticipare a situațiilor de conflict, agresivitate; • Formarea deprinderilor pedagogice de bază pentru desfășurarea antrenamentului tip concurs competițiilor sportive, în menținerea condiției fizice personale. <p style="text-align: center;">Subcomponențe atitudinale (comportamentale).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Realizarea sistematică și independentă a obiectivelor lecției și sarcinilor la domiciliu studentului; • Activități de formare a calităților de personalitate; • Participarea la activități competiționale, la arbitrajul la individual, pe echipe.

<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei MITPRSA I (Calitate, metoda, mijloace, tehnica, tactica); ▪ să identifice metodele și mijloacele folosite în sporturile de lupte; ▪ să caracterizeze metodele de dezvoltare a acțiunilor tehnice specifice; ▪ să caracterizeze mijloacele de dezvoltare a acțiunilor tactice specifice; ▪ să identifice vârstele optime de dezvoltare a anumitor acțiuni tehnice în sporturile de lupte; ▪ să identifice și să caracterizeze metoda jocului ce permit dezvoltarea elementelor tehnice. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine metodele, mijloacele de dezvoltare a procedurilor tehnice; ▪ să determine metode dinamice specific vârstei în dezvoltarea a anumitor elemente tehnice; ▪ să elaboreze un macrociclu de dezvoltare fizică și a acțiunilor tehnico tactice specific probei practicate de lupte; ▪ să analizeze și să explice metodele de dezvoltarea a procedurilor tehnice specific vârstei; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării a unei lecții practice cu o grupă de inițiere. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența metodei în procesul antrenamentului sportiv; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică luptele sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 																																																																																																					
	<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="text-align: center;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">LP</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>Lecție de inițiere în MITPRSA II</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>2</td><td>Definirea „Metodei”</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>3</td><td>Metodica pregătirii tactice</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>4</td><td>Bazele teoretico – metodice privind pregătirea tactică în lupte sportive</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>5</td><td>Rolul și importanța pregătirii tactice în probe de lupte sportive</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>6</td><td>Metodica dezvoltării capacităților coordinative</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>7</td><td>Metodica instruirii tehnico – tactice la copii și cadeti</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>8</td><td>Metodica dezvoltării mobilității la probele de lupte sportive</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>9</td><td>Metodica dezvoltării rezistenței</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>10</td><td>Metodica dezvoltării forței</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>11</td><td>Metodica dezvoltării vitezei</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>12</td><td>Metodica pregătirii greutății în perioada precompetițională</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>13</td><td>Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol (ramura aleasă).</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>14</td><td>Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor din poziție (ramura aleasă).</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> <tr><td>15</td><td>Metodele de pregătirea tactică și specificul acesteia în judo, lupte libere și greco-romane, sambo (ramura aleasă).</td><td>12</td><td>2</td><td>4</td><td>6</td></tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	LP	LI	1	Lecție de inițiere în MITPRSA II	12	2	4	6	2	Definirea „Metodei”	12	2	4	6	3	Metodica pregătirii tactice	12	2	4	6	4	Bazele teoretico – metodice privind pregătirea tactică în lupte sportive	12	2	4	6	5	Rolul și importanța pregătirii tactice în probe de lupte sportive	12	2	4	6	6	Metodica dezvoltării capacităților coordinative	12	2	4	6	7	Metodica instruirii tehnico – tactice la copii și cadeti	12	2	4	6	8	Metodica dezvoltării mobilității la probele de lupte sportive	12	2	4	6	9	Metodica dezvoltării rezistenței	12	2	4	6	10	Metodica dezvoltării forței	12	2	4	6	11	Metodica dezvoltării vitezei	12	2	4	6	12	Metodica pregătirii greutății în perioada precompetițională	12	2	4	6	13	Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol (ramura aleasă).	12	2	4	6	14	Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor din poziție (ramura aleasă).	12	2	4	6	15	Metodele de pregătirea tactică și specificul acesteia în judo, lupte libere și greco-romane, sambo (ramura aleasă).	12	2	4	6
N/o		Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																																	
			Total	Curs	LP	LI																																																																																																
1		Lecție de inițiere în MITPRSA II	12	2	4	6																																																																																																
2		Definirea „Metodei”	12	2	4	6																																																																																																
3		Metodica pregătirii tactice	12	2	4	6																																																																																																
4		Bazele teoretico – metodice privind pregătirea tactică în lupte sportive	12	2	4	6																																																																																																
5		Rolul și importanța pregătirii tactice în probe de lupte sportive	12	2	4	6																																																																																																
6		Metodica dezvoltării capacităților coordinative	12	2	4	6																																																																																																
7		Metodica instruirii tehnico – tactice la copii și cadeti	12	2	4	6																																																																																																
8		Metodica dezvoltării mobilității la probele de lupte sportive	12	2	4	6																																																																																																
9		Metodica dezvoltării rezistenței	12	2	4	6																																																																																																
10		Metodica dezvoltării forței	12	2	4	6																																																																																																
11		Metodica dezvoltării vitezei	12	2	4	6																																																																																																
12		Metodica pregătirii greutății în perioada precompetițională	12	2	4	6																																																																																																
13		Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor la sol (ramura aleasă).	12	2	4	6																																																																																																
14	Metodele și mijloacele de însușire a tehnicilor din poziție (ramura aleasă).	12	2	4	6																																																																																																	
15	Metodele de pregătirea tactică și specificul acesteia în judo, lupte libere și greco-romane, sambo (ramura aleasă).	12	2	4	6																																																																																																	

	Total :	180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina „MITPRSA-II” se formează în baza pregătirii specialiștilor AM de înaltă calificare pentru școlile și cluburile sportive din țară.</p> <p>Scopul disciplinei este acumularea unor cunoștințe legate de metodică învățare-predare în procesul de antrenament sportiv, noțiuni de terminologie și regulament. Însușirea principalelor metode necesare în instruirea specifică precum și bagajul minim de cunoștințe tehnice necesare. Metodică învățării acțiunilor tehnice pe părți și integrat.</p> <p>Mijloacele. Formarea priceperilor și deprinderilor viziază următoarele mijloace: exerciții psihomotrice, speciale, elemente tehnice din lupta sportivă, teste de control și evaluare.</p> <p>Metode de predare-învățare (de formare a competențelor): expunerea orală, demonstrarea, conversarea, învățarea în echipă, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea, jocuri didactice.</p> <p>Cunoștințele teoretice incluse în curriculum cu scopul să se formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale sunt obligatorii, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării în mod individual și conștient.</p> <p>Forme de manifestare. Curriculumul, prin conținutul temelor include metode noi dar și deja cunoscute și implimentate în antrenamentul sportiv. Asemeni dezvoltarea abilităților tehnico tactice la diverse vârste a sportivilor. Recomandări în autoevaluarea și autocontrolul psihomotric după suprasolicitări</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor practice (PFG/ PFS/ tehnico-tactice)</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100 %		
	Nota pentru evaluarea finală		40 %		
	Nota evaluarea curentă		60 %		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20 %		
	Nota lucrul individual				
Referințe bibliografice	<p>1. Bompă T.O., Dezvoltarea calităților biomotrice-Periodizarea-M.T.S., Ș.N.A., București, 2003.</p> <p>2. Carp I., Noțiuni de bază ale teoriei Educației Fizice și Sport, Chișinău, I.N.E.F.S., 2009.</p> <p>3. Postolachi A./Grosu v./Gîlcă M., Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la campionatele naționale universitare și campionatele mondiale universitare 2010-2018, materialele Conferinței Științifice Practice , Chișinău , IRIM 2019 pag 96.</p>				

	<p>4. Demeter A., Bazele fiziologice și biochimice ale calităților fizice, Editura Sport Turism, București, 1981.</p> <p>5. Diaciov A., Parametrii de antrenament, 1973.</p> <p>6. Dorgan V. P. Starea de lucruri în planificarea efortului de antrenament în practica judoului feminin., Problemele actuale privind perfecționarea sis. de învățămînt, În domeniul culturii fizice: mat. conf. st. Internat. USEFS. Chișinău, 1997.</p> <p>7. Dragnea A. și Colab,- Teoria Educației Fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii, București, 2000.</p> <p>8. Dragnea A., Antmamentul sportiv, Editura Didactică și Pedagogică R.A. București, 1996.</p> <p>9. Epuran M. Pregătirea psihologică a sportivului, Ed. UCFS, București, 1964.</p> <p>10. Manolachi V.G., Sporturi de luptă - Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). USEFS, Chișinău, „Tipografia Centrală”, 2003.</p> <p>11. <u>Шахмурадов Ю.А., Б.А. Подливаев. Методические принципы технико-тактической подготовки в спортивной борьбе. Тенденции развития спорта высших достижений и стратегия подготовки высококвалифицированных спортсменов в 1997-2000 гг.</u>: Матер. Всерос. научн.-практ. конф. М., 1997.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Polevaia-Secăreanu Angela

Dergacenco Ivan

Gilcă Maxim

Postolachi Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă I MITPSA – I (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O.033	Anul	III	Semestrul	5
Nr.credite	6	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- nataatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „MITPSA II” (înotul sportiv) este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului I secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice și sport, aplicativ și integrativ la catedra „Natație și turism” USEFS.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățării înotului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul Educației fizice, capabili de a utiliza elementele de						

	<p>învățare a înotului în cadrul activităților nautice desfășurate cu diverse contingente de persoane;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele cadru ale învățării înotului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul educației fizice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea caracteristicilor înotului sportiv și al celui aplicativ, care va asigura abordarea complexă a elaborării programelor de instruire la înot; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional prin achiziția de capacități și atitudini pe parcursul anilor de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. 5, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației fizice și sport..</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor privind instruirea în proba de natație; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „MITPSA II” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. <p>Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a înotătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză);

- să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire;
 - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament;
 - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire.
- La nivel integrare:**
- să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului;
 - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament;
 - să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Îndrumări tactice pentru competițiile de înot	4	2		2
	2	Ritmul de concurs în înot	4	2		2
	3	Tactica îndeplinirii eficiente a startului și întoarcerilor	4	2		2
	4	Tactica îndeplinirii eficiente a sprintului la segvența de finis	4	2		2
	5	Tactica îndeplinirii eficiente a pornirii în probele de concurs	4	2		2
	6	Tactica parcurgerii eficiente a probelor de mixt	4	2		2
	7	Învățarea tacticii, de către înotători	4	2		2
	8	Strategii tactice.	6	2		4
	9	Tactica individuală și tactica colectivă	4	2		2
	10	Schema și analiza tacticii de concurs	6	2		4
	11	Metodele și mijloacele instruirii tactice	6	2		4
	12	Variantele tactice de parcurgere a distanței	6	2		4
	13	Corelația pregătirii tactice cu alte componente de pregătire	4	2		2
	14	Îndeplinirea eficientă a încălzirii	4	2		2
	15	Masajul și hiperventiliația	4	2		2
	16	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului craul pe piept (la diferite distanțe)	6		4	2
	17	Învățarea tacticii ritmului de înot craul pe piept (la diferite distanțe)	4		2	2
	18	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului craul pe spate (la diferite distanțe)	6		4	2
	19	Învățarea tacticii ritmului de înot craul pe spate (la diferite distanțe)	4		2	2
	20	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului bras (la diferite distanțe)	6		4	2
	21	Învățarea tacticii ritmului de înot bras (la diferite distanțe)	4		2	2
	22	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului future (la diferite distanțe)	6		4	2
	23	Învățarea tacticii ritmului de înot future (la diferite distanțe)	4		2	2
	24	Învățarea și perfecționarea tacticii	4		2	2

	înotului mixt (la diferite distanțe)				
25	Învățarea tacticii ritmului de înot mixt (la diferite distanțe)	4		2	2
26	Învățarea și perfecționarea tacticii îndeplinirii startului și întoarcerilor	4		2	2
27	Învățarea și perfecționarea tacticii la segvența de finis	4		2	2
28	Învățarea și perfecționarea tacticii pornirii în procedeele de natație	4		2	2
29	Învățarea și perfecționarea tacticii înotului individual și colectiv	4		2	2
30	Învățarea și perfecționarea variantelor tactice de parcurgere a distanței (la diferite distanțe)	4		2	2
31	Perfecționarea tacticii înotului craul pe piept prin metoda uniform (la distanțe lungi)	4		2	2
32	Perfecționarea tacticii înotului craul pe spate prin metoda uniformă	4		2	2
33	Perfecționarea tacticii înotului bras prin metoda uniformă	4		2	2
34	Perfecționarea tacticii înotului fluture prin metoda uniformă	4		2	2
35	Perfecționarea tacticii înotului cu diferite stiluri prin metoda cu varietăți	4		2	2
36	Perfecționarea tacticii înotului cu diferite stiluri prin metoda repetării	4		2	2
37	Perfecționarea tacticii înotului cu diferite stiluri prin metoda cu intervale	4		2	2
38	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 50 m	4		2	2
39	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 100 m	4		2	2
40	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 200, 400m	4		2	2
41	Perfecționarea tacticii parcurgerii distanței de 800, 1500 m	4		2	2
Total :		180	30	60	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu</i>,</p>				

	<p><i>chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p> <p><i>2. Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p><i>3. Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notelor finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Mâine, 2012. 2. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 3. Maglisco E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 5. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotărilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școală" 3/2015, Chișinău, p. 66-69. 6. Solonenco G., Stepanova N., Rîșneac B. Înotul / Tehnologii teoretico-metodice în pregătirea înotătorilor. Chișinău, 2021. Tip. Totex-lux, 217 p. 7. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта. Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003. 8. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 9. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006. 10. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с. 11. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова. - К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Metodica Instruirii Tehnicii în Proba Sportivă Aleasă - II MITPSA – II (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O. 33	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metodica Instruirii Tehnicii în Proba Sportivă Aleasă - II” (gimnastica ritmică) este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse metodici și programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a						

	<p>gimnasticii ritmice, în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodicii instruirii tehnicii probei sportive-gimnasticii ritmice, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. 5, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea metodologiilor instruirii tehnicii gimnasticii ritmice și a sistemelor de pregătire tehnică la gimnastică ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament în gimnastica ritmică. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei gimnasticii ritmice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul metodicii instruirii tehnicii exercițiilor de gimnastica ritmică; ▪ să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul bazelor teoretice a metodicii instruirii tehnicii executării exercițiilor de gimnastică ritmică, după codul de punctaj FIG; ▪ să definească metodica instruirii tehnicii îmbinării grupelor corporale tehnice (după codul de punctaj FIG) cu manipulare a obiectelor.

- să definească conceptele de bază a clasificării exercițiilor cu obiect în gimnastica ritmică;
- să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind metodica instruirii tehnice exercițiilor fundamentale și nefundamentale în compozițiile competiționale cu coarda, cu cerc, cu mingea, cu măciuci și cu panglică.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să modeleze metodica instruirii tehnicii exercițiilor acrobatice și elementelor în parter: răsturnare înainte, în stând pe un picior, celălalt înainte-sus la 180° și răsturnare înapoi, cu revenire pe un picior celălalt înapoi-sus la 180°;
- să elaboreze un model al metodicii instruirii tehnicii din stând pe genunchi rulare înainte cu trecerea peste umărul drept/stâng în rulare pe spate;
- să modeleze metodica instruirii tehnicii: săriturii pas sărit în „cuib” cu rotirea corzii înainte și săriturii pas sărit cu întoarcere la 180° cu rotirea corzii înapoi,
- să descrie metodica instruirii tehnicii echilibrului cu aplicarea trunchiului înainte, cu dreptul/stângul înapoi la 90°, prin manipularea cu mingea sau cu măciuci;
- să modeleze metodica instruirii tehnicii echilibrului cu înclinarea trunchiului spre dreapta/stânga, cu piciorul la 180°, prin manipularea cu măciuci,
- să modeleze metodica instruirii tehnicii piruetei „fuețe” cu un picior îndoit lateral la 90°, cu manipularea cu panglica,
- să elaboreze un model al metodicii instruirii tehnicii piruetei cu un picior înainte la 90°, cu manipularea cu cerc sau panglica;
- să elaboreze metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație a obiectelor portative ale gimnasticii (coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica).

La nivel de integrare:

- să îmbine metodicile instruirii tehnicii probei sportive alese în procesul de pregătire gimnastelor cu diferit nivel de pregătire;
- să selecteze obiective concrete pentru elaborarea metodicilor instruirii tehnicii a gimnastelor de diferit nivel de pregătire ce practică gimnastica ritmică;
- să respecte particularitățile metodicilor instruirii tehnice acestui gen de sport.
- manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina Metodica instruirii tehnicii în gimnastica ritmică -II;
- să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei „Metodica Instruirii Tehnicii în Proba Sportivă Aleasă - II” (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Metodica instruirii tehnicii exercițiilor fără obiecte. <i>Exerciții specifice.</i> Metodica instruirii tehnicii exercițiilor acrobatice; Metodica instruirii tehnicii elementelor în parter.	28	4	10	14
	2	Metodica instruirii tehnicii exercițiilor fără obiecte. <i>Exerciții de bază, după codul de punctaj FIG (sărituri, echilibre, piruete).</i> Metodica instruirii tehnicii săriturii: pas sărit în „cuib”; Metodica instruirii tehnicii săriturii: pas sărit cu întoarcere la 180°; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu aplicarea trunchiului înainte, cu dreptul/stângul înapoi la 90°; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu înclinarea trunchiului	32	6	10	16

		spre dreapta/stânga, cu piciorul la 180°; Metodica instruirii tehnicii piruetei „fuate” cu un picior îndoit lateral la 90°; Metodica instruirii tehnicii piruetei cu un picior înainte la 90°.				
	3	Metodica instruirii tehnicii îmbinării grupelor corporale tehnice (după codul de punctaj FIG) cu manipularea cu obiecte. Metodica instruirii tehnicii săriturii „cuib” cu rotirea corzii înainte; Metodica instruirii tehnicii săriturii pas sărit cu rotirea trunchiului la 180° cu rotirea corzii înapoi; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu aplicarea trunchiului înainte, cu dreptul/stângul înapoi la 90°, prin manipularea cu mingea sau cu măciuci; Metodica instruirii tehnicii echilibrului cu înclinarea trunchiului spre dreapta/stânga, cu piciorul la 180°, prin manipularea cu măciuci; Metodica instruirii tehnicii piruetei „fuate” cu un picior îndoit lateral la 90°, cu manipularea cu panglica; Metodica instruirii tehnicii piruetei cu un picior înainte la 90°, cu manipularea cu cerc sau panglica.	60	10	20	30
	4	Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație a obiectelor portative ale gimnasticii (coarda, cerc, mingea, măciuci și panglica). Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu coarda; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu cercul; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu mingea; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu măciuci; Metodica instruirii tehnicii elementelor dinamice cu aruncare și rotație, cu panglica.	60	10	20	30
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă.					

	<p>algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Educația ritmică muzicală”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2001. 2. Aftimiciuc O.E. Materialul practic la disciplina „Gimnastica ritmică și dansul”: Elaborări metodice. Ch.: INEFS, 2002. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 4. Крайждан, О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Тирог. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 5. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232 с. 6. Ротерс, Т.Т. Музыкально-ритмическое воспитание и художественная гимнастика: Учеб. пособие/ Т.Т. Ротерс. Москва: Просвещение, 1989. 6-8 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă II MITPSA – II (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O.33	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa			Forma de evaluare	Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90		Total ore pe semestru	180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>În cadrul cursului sunt planificate lecții teoretice, practico-metodice, lucrul individual, activități de evaluare curentă și finală.</p> <p>Curriculumul este cercetat pe student având orientarea spre formarea/ dezvoltarea competențelor generale și specifice în profesia aleasă.</p> <p>Competențe acțional-strategice sunt destinate pregătirii interactive, centrate pe student, aplicabile la disciplinele MITPSA II 9 (gimnastica artistică) și cu respectarea algoritmilor metodologici de învățare, de a-și proiecta activitatea, de a-și concretiza rezultatul final în concordanță cu obiectivul de formare profesională.</p> <p>Competența specifică constă în utilizarea surselor metodologice în organizarea procesului didactic.</p> <p>Producerea personalizată a actelor didactice a procedeelelor metodice și mijloacelor de predare sunt argumentative cu reprezentare orală, scrisă și practică.</p> <p>Conținuturile didactice planificate în curriculum se referă la respectarea normei</p>						

	<p>conceptuale de metodologie, metode, procedee metodice, mijloace didactice destinate pregătirii profesionale.</p> <p>Numărul total de ore oferit acestei discipline este 90 ore repartizate astfel: 30 ore curs; 52 ore practico-metodice; 8 ore evaluarea curentă – 60 ore; lecții independente – 90 ore, studiată în semestrul V al anului de studiu, corespund 6 credite.</p>				
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p align="center">Competențe profesionale pedagogice:</p> <p>Formarea capacităților de analiză, sinteză a fenomenelor de activitate pedagogică conform necesităților de instruire a tehnicii probei sportive alese II – gimnastica artistică.</p> <p>Formarea capacităților de aplicare practică a metodelor de învățământ în PSA.</p> <p>Formarea capacității de observare a progresului învățării, în crearea de probleme metodologice moi cu caracter experimental.</p> <p align="center">Competențe transversale:</p> <p>Gestionarea informațiilor conținutului științific al disciplinei prin structurarea rațională a unităților de conținut, pentru a realiza o coeziune optimă între aspectele științifice și cel metodologic.</p> <p>Stabilirea locului și legătura disciplinei, ca sistem de învățământ, cu compartimentul mai larg – macrostructural, în aspect de relație cauză – efect, ce vor determina finalitățile.</p>				
<p align="center">Finalități de performanțe la curs</p>	<p align="center">Competențe la nivel de cunoaștere:</p> <p>Studentul va fi capabil :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească corect conceptele de metodologie și metodă. • Să identifice bazele metodologice ale instruirii tehnicii exercițiilor de gimnastică artistică și să precizeze rolul și funcțiile metodelor, procedeele metodice și mijloacelor în formarea profesională. • Să descrie și să explice înțelesul de integrare a metodelor de predare-învățare în proiectarea didactică pe baza categoriilor taxonomice de competență. <p align="center">Competențe la nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să analizeze și să generalizeze diverse procese de instruire. ▪ Să demonstreze rolul metodelor de instruire în transferul capacității de execuție artistică a exercițiilor de gimnastică. ▪ Să distingă performanță optimală în aplicarea etapelor procesului de instruire ca sistem microstructural de învățare și să propună modelarea într-un macrosistem de învățare a tehnicii exercițiilor de RSA. <p align="center">Competențe la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să elaboreze proiecte de activitate instructivă. ▪ Să contureze o imagine integrată asupra problemei metodicii de instruire. ▪ Să analizeze relația dintre teoria instruirii și problemele micro-biologice și psihologice ale probei sportive alese. ▪ Să propună soluții de rezolvare a problemei instruirii și aspectele psihologice ale resurselor motivației. ▪ Să propună modalități de integrare a didacticii gimnasticii artistice și a celei de specializare pentru profesor – antrenor. 				
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>		
		<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">LP</p>	<p align="center">LI</p>
<p align="center">1</p>	<p align="center">Scopul, obiectivele și conținutul disciplinei „Metodica instruirii tehnicii în proba sportivă aleasă II”.</p>	<p align="center">7</p>	<p align="center">2</p>		<p align="center">5</p>
<p align="center">2</p>	<p align="center">Conceptul de metodologie și metodă. Metode de instruire.</p>	<p align="center">32</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">8</p>	<p align="center">20</p>
<p align="center">3</p>	<p align="center">Conceptul de procedee didactice și utilizarea acestora în practică.</p>	<p align="center">24</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">10</p>	<p align="center">10</p>

	4	Mijloacele didactice în procesul de instruire.	24	4	10	10
	5	Formele de organizare ale procesului didactic	11	2	4	5
	6	Tehnologie didactică. Funcțiile metodelor de instruire.	20	4	6	10
	7	Sistemul metodelor de instruire. Clasificarea metodelor (grupe de metode).	34	4	10	20
	8	Etapele procesului de instruire.	28	6	12	10
	Total ore în semestru			180	30	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p style="text-align: center;">Metodele de predare se vor realiza:</p> <ol style="list-style-type: none"> După criteriul istoric: metode clasice (tradiționale), expunerea, conversația etc.; metode moderne: studiu de caz, metoda proiectelor și a. După funcția didactică proiectată pe care o întâlnesc: învățare prin risc, în vederea metodelor de transmitere și dobândire a cunoașterilor, priceperilor și deprinderilor, exercițiul, acțiunile practice. După modul de organizare a activității. După tipul de strategie didactică în care sunt integrate: algoritmice. După sursa de cunoaștere: experiența, activitatea personală. 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <ol style="list-style-type: none"> Evaluarea inițială/ diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen. 					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală (examen)				40%	
	Nota pentru evaluarea curentă				60%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Buștea V. Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică. În: Didactica gimnasticii. Vol.I. Teorie și metodologie. Coord. T. Grimalschi, E. Filipenco, Chișinău: USEFS, 2013, p.178-205. Cerghit I. Metode de învățământ. Ed. A IV-a revăzută și adăugată. Iași: Polirom, 2006, p.20. 					

- | | |
|--|---|
| | <p>3. Grimalschi T. Metodica instruirii tehnicii probelor ramurii sportive alese. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p.11-65.</p> <p>4. Salăvăstru D. Psihologia învățării. Teorii și aplicații educaționale. Iași: Polirom, 2006, p.5-210.</p> |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Grimalschi Teodor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă II MITPRSA – II (atletism)					
Titularul cursului		Sripenco Constantin, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05. O. 33	Anul	III	Semes trul	5
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@ mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	10	50	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii Disciplina „Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă II” (atletism) este partea componentă a planului de învățământ al anului II, secția zi și frecvență redusă, și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul „100 Științe ale sportului” în aspect formativ, aplicativ și integrativ la facultatea de Sport a USEFS.</p> <p>Disciplina „MITPRSA - II” (atletism) reprezintă una dintre disciplinele de bază ale pregătirii unui specialist în domeniul atletismului și constă în continuarea cursului de „MITPRSA - I”, început în semestrul IV al anului II de studii. Studenții vor studia în continuare metoda instruirii probelor atletice, care n-au fost analizate în semestrul precedent.</p> <p>Curriculumul disciplinei Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă – II (atletism) este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice didactice</p>						

	<p>de bază în domeniul educației fizice și sport pentru pregătirea științifico-metodică a viitorului specialist în domeniul educației fizice și sportului reprezintă un alcătuitor de bază al profesionalismului acestuia, pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniul educației fizice și sport.</p> <p>Astfel, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și practic aplicativ eficient, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice și sport.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale educației fizice și sportului; - Cunoașterea bazele teoretico-metodice ale metodicii de instruire a tehnicii probelor de atletism, mijloacele generale și specifice folosite în procesul instruirii și, de asemenea, erorile frecvente ce apar la executarea diferitelor faze ale tehnicii și metoda corectării lor, folosind diferite exerciții pregătitoare și speciale. - Utilizarea metodologiilor, metodelor și metodici instruirii tehnicii probelor atletice folosite în proba de sport aleasă; - Cunoașterea și aplicarea în practică cunoștințele teoretice în ceea ce privește metoda de instruire a probelor atletice, folosind tot arsenalul de mijloace de instruire existent (exerciții ajutătoare, pregătitoare și speciale), atât pentru instruirea tehnicii, cât și pentru dezvoltarea calităților motrice specifice necesare (combinat și complexe). - Aplicarea în practică cunoștințele teoretice în ceea ce privește metoda ale predării tehnicii probelor atletice, folosind tot arsenalul de mijloace de instruire existent (exerciții ajutătoare, pregătitoare și speciale), atât pentru instruirea tehnicii, cât și pentru dezvoltarea calităților motrice specifice necesare (combinat și complexe). - Formarea priceperilor și deprinderilor practice de organizare și desfășurare a diferitelor tipuri de lecții și cunoașterea principiilor metodice de instruire a probelor atletice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Disciplina este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul educației fizice și sportului.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să definească și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei „Metodica instruirii tacticii în proba sportivă aleasă – II”. - să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice cunoaște materialul de studii conform programei; - să cunoască metodelor și metodici instruirii tehnicii probei atletice, să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul culturii fizice și sportului. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe organizării activității de instruire tehnicii probelor atletice; - să selecta eficient metodele și mijloacele în procesul instruirii tehnicii probelor atletice, cunoscând metoda folosirii acestora în practică. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>LP</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Cursuri teoretice</p>				
	<p>2</p>	<p>Selectarea și sistematizarea mijloacelor și</p>		<p>3</p>	<p>4</p>	<p>14</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		metodelor de bază folosite la instruirea tehnicii probelor atletice	21			
	3	Principiile didactice de instruire	1	1		
	4	Metodica instruirii probelor de forță-viteză ale atletismului	20	2	4	14
	5	Metodica de instruire a probelor de rezistență ale atletismului	6		6	
	6	Cursuri practico-metodice				
	7	Metodica instruirii tehnicii săriturii în înălțime prin procedeul „Fosbury-flop”	28		11	8
	8	Familiarizarea cu tehnica săriturii cu prăjina	18		8	10
	9	Metodica instruirii tehnicii alergărilor de garduri 100, 110 și 400 m	22		12	10
	10	Metodica instruirii tehnicii alergării cu obstacole	22		12	10
	11	Metodica instruirii tehnicii aruncării discului	20		10	10
	12	Metodica instruirii tehnicii aruncării ciocanului	20		10	8
	13	Metodica instruirii tehnicii alergărilor de rezistență				
	14	Lecții de seminar				
	15	Bazele metodicii de instruire a probelor cu caracter de forță-viteză ale atletismului	2	2		
	16	Bazele metodicii de instruire a probelor cu caracter de rezistență ale atletismului				
	17	Exerciții și jocuri pentru dezvoltarea calităților motrice și instruirea probelor atletice la copii de diferite vârste	2	2		
	18	Principiile didactice de instruire și respectarea lor în procesul instruirii probelor atletice	4	2	2	
		Total :	180	10	80	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin participarea activă la dezbateri pe marginea tematicii de curs și la lecțiile practic și de laborator. Realizarea unui proiect sau a unei lucrări de curs conform tematicii propuse de profesor. Susținerea normativelor de control. Evaluări pe parcurs, două lucrări de control, susținerea normativelor de control și evaluare finală (examen /scris). 60% evaluare curentă, 40% evaluare finală.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992. 2. Cecilia Gevat, Alin Larion „Lecții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. 3. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 4. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. 5. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989. 6. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В. Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976. 	

Data completării: 01.09.2021

Scripcenco Constantin



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico -materială a competițiilor OAATMC (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Conohova T., dr. în pedagogie, conf. univ. Sîrghi S., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Tăbîrță V., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O. 34	Anul	III	Semestrul	5
Nr.credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Totalorepe semestru		180
Regimuldisciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pesemestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L/P-M-lucrări practico-metodice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	LP	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „OAATMC” (jocurile sportive) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul jocurilor sportive, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <p>Acumularea cunoștințelor metodico-practice ce țin de organizarea,arbitrarea și asigurarea tehnico -materială a competițiilor în jocurile sportive;</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> • Organizarea,arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în jocurile sportive. • Înțelegerea esenței ce țin de organizarea,arbitrarea și asigurarea tehnico -materială a competițiilor în jocurile sportive. • Formarea deprinderilor organizatorico-pedagogice, privind organizarea,arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în jocurile sportive. • Determinarea și selectarea a instrumentelor metodice pentru planificarea antrenamentului sportiv și rezolvarea obiectivelor principale ale lecției de jocuri sportive. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelorși dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. 5, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul jocurilor sportive.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilorși echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor specifice de dirijarea și coordonare în domeniul jocurilor sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a organizării, arbitrării și asigurării tehnico-materiale a competițiilor în jocurile sportive; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul organizării competițiilor și arbitrajului în jocurile sportive; • Desfășurarea procesul instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea organizării,arbitrăriiși asigurării tehnico -materială a competițiilor în jocurile sportive în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserțieiși adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării jocului dat în lume</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei „OAATMC” în jocuri sportive (organizare, arbitraj, asigurarea tehnico-materială a competițiilor); ▪ să identifice metodele pedagogice ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire ale jocurilor sportive; ▪ să caracterizeze mijloacele inovaționale care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; ▪ să identifice etapele de organizare,arbitrare și asigurare tehnico -materială a competițiilor în jocurile sportive;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să identifice aspectele specifice ale organizării, arbitrării și asigurării tehnico - materială a competițiilor în jocurile sportive a jucătorilor în proba sportivă aleasă; ▪ să caracterizeze procesul de organizare, arbitrară și asigurare tehnico - materială a competițiilor în jocurile sportive a sportivilor de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în jocurile sportive în proba sportivă aleasă; ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui jucător din proba aleasă ; ▪ să analizeze și să explice organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico - materială a competițiilor în jocurile sportive a sportivului; ▪ să determine metoda de însușiri a organizării, arbitrării și asigurării tehnico - materiale a competițiilor în jocurile sportive; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu jucători și echipe de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura organizării, arbitrării și asigurării tehnico - materiale a competițiilor în jocurile sportive; ▪ să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de organizare, arbitrară și asigurare tehnico -materială a competițiilor în jocurile sportive; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în jocurile sportive a sportivului ce practică jocuri sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport.
--	--

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Istoria competiției sportive.	8	2	2	4
	2	Funcțiile competiției sportive.	8	2	2	4
	3	Structura activității competiționale în jocurile sportive.	12	2	4	6
	4	Rezultatele sportive, criterii de evaluare.	12	2	4	6
	5	Criteriile obiective, subiective și mixte ale rezultatelor sportive.	12	2	4	6
	6	Clasificarea performanțelor sportive.	12	2	4	6
	7	Clasificarea competițiilor sportive.	20	4	6	10
	8	Sistemele de desfășurare a competițiilor.	28	4	10	14
	9	Devizul de cheltuieli și ordinul de organizare competițiilor sportive.	32	4	12	16
	10	Regulamentul de organizare și desfășurare a competițiilor. Regulile de joc și arbitrajul în jocurile sportive.	36	6	12	18
		Total :	180	30	60	90

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică,</p>
---	---

	demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.		
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>		
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%
	Nota pentru evaluarea finală		40%
	Nota evaluare curentă		20%
	Nota de la activitatea de prelegeri și seminare		20%
	Nota lucrul individual		20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și tactică. FEST. București, 2003, 150 p. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. Портнов Ю. Баскетбол. Учебник для ВУЗов ФК. М., 1997, 476 стр. Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodica. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p. Ивойлов А. Волейбол. Минск, Высшая школа, 1983, 365 с. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Alma Mater, Bacău, 2002. Motroc I., Cojocaru V. Fotbal. Curs de bază. ANEFS, București 1991. Mocrousov, E., Grosul, V. <i>Specific methodological aspects of enhancing the cadet's athletic performance in table tennis in the final age stage in the process of long-term performance</i>. Congresul Științific Internațional «Sport. Olympism. Health». Ediția a III-a. USEFS. Chisinau. Republic of Moldova. 13-15 septembrie. 2018. p. 150-151. ISBN 978-9975-131-65-0. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players</i>. In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. 		

- | | |
|--|---|
| | <p>12. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development</i>. World Congress of Sport Sciences Researches. 23-26 november 2017. Manisa. Turkey. p. 543. ISSN:2548-0723.</p> <p>13. Mocrousov, E. <i>Structure and dynamics of table tennis players competitive activity at the stages of long-term athlete development</i>, <i>Journal of Sport Sciences Researches</i>, http://dergipark.gov.tr/jssr. Volume 2. Issue 2. December 2017. Manisa. Turkey. ISSN: 2548-0723. p.59-68. DOI:10.25307/jssr.362606.</p> |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico -materială a competițiilor OAATMC (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, conf. univ. Grosu Vasile, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O. 34	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15		30	45	
Nota de prezentare	<p>Sportul este un fenomen complex, care aparține vieții sociale a individului, permițându-i acestuia să își exprime întregul potențial bio-psiho-motric și să obțină satisfacții, atât în plan personal (fizic și psihic), cât și material. Este o activitate accesibilă oricărui individ, fie prin formele sale de tip loisir (sportul pentru toți), fie prin forme adaptate (sportul adaptat), fie prin activități performanțiale (sportul de performanță), în funcție de nivelul individual, aptitudinal-motric, de nevoile și motivația fiecăruia, precum și de condițiile de exersare fizică sistematică ale practicanților. În Rezoluția Parlamentului European (2 februarie 2012), privind dimensiunea europeană a sportului, la punctul „G” se menționează că „sportul are o contribuție uriașă la valorile pozitive, cum ar fi fairplay-ul, respectul și integrarea socială”</p> <p>Disciplina de studii „Antrenament Sportiv în Proba Sportivă Aleasă I” (înotul</p>						

	<p>sportiv) este parte a științelor prevăzute în planul de învățământ, ca componenta de orientare spre o specialitate în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Modernizarea curriculumului universitar din învățământul superior și Procesului Bologna prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile curriculumului angajează - consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană. Acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice.</p> <p>Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă are ca scop obținerea performanței sportive în contextul maximizării capacității motrice specifice de performanță, optimizării pregătirii motrice de bază, lucrului compensator în vederea diminuării efectelor generate de solicitările specifice și abilitării sportivului cu un set de cunoștințe și abilități psiho-relaționale și sociale care să-i permită o dezvoltare integrativă normală în societate.</p> <p>Disciplina ASRSA I constă în dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și în formarea capacității studenților de a acționa asupra acestora, în vederea valorificării lor la nivel maxim în activitatea sportivă competițională, specifică vârstei și nivelului de instruire, pe fondul menținerii permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării unei capacități motrice favorabile inserției profesionale și sociale. Disciplina ASPSA I contribuie, prin exersarea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor pe care le dezvoltă, la pregătirea studenților în domeniile de competențe cheie, definite la nivel european.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a procesului didactic al antrenamentului sportiv în sporturile de lupte și arte marțiale din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv; • Obiectivele cadru –formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor în antrenamentul sportiv specific sporturilor de lupte și arte marțiale; • Obiectivele de referință – la finele studierii discipline ASRSA I, studenții vor fi capabili să elaboreze proiecte didactice și să desfășoare lecții practice de antrenamentului sportiv pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice precum și a acțiunilor tehnico-tactice în sporturile de lupte și arte marțiale. <p>Pentru realizarea obiectivelor menționate sunt propuse conținuturi didactice, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an III., sem. 5, 180 ore, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv la sporturile de lupte și arte marțiale.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv la lupte și arte marțiale; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei ASPSA I, necesare predării elevilor/sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise elevilor/sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului de specialitate; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la lupte și arte marțiale;

	<ul style="list-style-type: none"> • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue. 																																								
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască scopul și sarcinile antrenamentului sportivi în proba sportivă aleasă; - să definească noțiunile care sunt des întâlnite în antrenamentul sportiv; - a distinge metodele și mijloacele antrenamentului sportivi în proba sportivă aleasă; - să cunoască rolul pregătii motrice în proba sportivă aleasă; - să cunoască metodologia dezvoltării calităților motrice de bază și specifice a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; - să cunoască structura și tipurile de lecții de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă; - să cunoască formele și funcțiile evaluării/testării în antrenamentul sportiv din proba sportivă aleasă. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să stabilească corect scopurile și obiectivele pentru diferite lecții de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă; - să aplice metodele și mijloacele antrenamentului sportiv corespunzător scopurilor lecției de antrenament sportiv; - să elaboreze un plan de pregătire motrică a sportivilor din proba sportivă aleasă; - să selecteze bine exercițiile fizice pentru fiecare grupă de mușchi și calitate motrică; - să utilizeze/dozeze corect efortul fizic în dependență de vârstă și sex a elevilor / sportivilor din proba sportivă aleasă; - să selecteze corect un set de teste pentru a evalua pregătirea motrică a sportivilor care practică proba sportivă aleasă. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze un plan pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice pentru elevi/sportivii în proba sportivă aleasă; - să desfășoare cercetare individuală sau în grup referitoare la pregătirea sportivilor din proba sportivă aleasă; - să rezolve studii de caz sau a situațiilor problemă cu privire la pregătirea motrică a sportivilor din proba sportivă aleasă; - să optimizeze programele pentru dezvoltarea motrică a sportivilor din proba sportivă aleasă. 																																								
	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="width: 26%;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">LP</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Obiectul de studiu, scopul sarcinile, principiile și factorii antrenamentului sportiv modern în proba sportivă aleasă.</td> <td style="text-align: center;">14</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">8</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td><i>Metodele și mijloacele antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</i></td> <td style="text-align: center;">12</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">6</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Pregătirea fizică în proba sportivă aleasă.</td> <td style="text-align: center;">12</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">6</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Teoria și metodică dezvoltării forței în proba sportivă aleasă.</td> <td style="text-align: center;">22</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">5</td> <td>Teoria și metodică dezvoltării vitezei în proba sportivă aleasă.</td> <td style="text-align: center;">22</td> <td style="text-align: center;">4</td> <td style="text-align: center;">8</td> <td style="text-align: center;">10</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	LP	LI	1	Obiectul de studiu, scopul sarcinile, principiile și factorii antrenamentului sportiv modern în proba sportivă aleasă.	14	2	4	8	2	<i>Metodele și mijloacele antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</i>	12	2	4	6	3	Pregătirea fizică în proba sportivă aleasă.	12	2	4	6	4	Teoria și metodică dezvoltării forței în proba sportivă aleasă.	22	4	8	10	5	Teoria și metodică dezvoltării vitezei în proba sportivă aleasă.	22	4	8	10
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																					
		Total	Curs	LP	LI																																				
1	Obiectul de studiu, scopul sarcinile, principiile și factorii antrenamentului sportiv modern în proba sportivă aleasă.	14	2	4	8																																				
2	<i>Metodele și mijloacele antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</i>	12	2	4	6																																				
3	Pregătirea fizică în proba sportivă aleasă.	12	2	4	6																																				
4	Teoria și metodică dezvoltării forței în proba sportivă aleasă.	22	4	8	10																																				
5	Teoria și metodică dezvoltării vitezei în proba sportivă aleasă.	22	4	8	10																																				

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	6	Teoria și metodică dezvoltării rezistenței în proba sportivă aleasă.	22	4	8	10
	7	Teoria și metodică dezvoltării coordonării în proba sportivă aleasă.	20	6	4	10
	8	Teoria și metodică dezvoltării flexibilității în proba sportivă aleasă.	20	6	4	10
	9	Lecția de antrenament sportiv și evaluarea în proba sportivă aleasă.	12		4	8
	10	Particularitățile pregătirii tehnice în proba sportivă aleasă.	8		4	4
	11	Particularitățile pregătirii tactice în proba sportivă aleasă.	8		4	4
	12	Oboseala și supra antrenamentul, metodele și mijloacele de refacere.	8		4	4
		Total :		180	30	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei ASPSA I, în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedurilor didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte materiale ajutătoare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe teme predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%		
	Nota lucrul individual			20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Alexe N. și colab. Antrenamentul sportiv modern. București: Editis, 1993. Bompa T.O. Periodizarea. Dezvoltarea calităților biomotrice. EX PONTO. Constanța, 2001. P. 256-263. Bompa T. Dezvoltarea calităților biomotorice. București, 2001. 286 p.; Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. 					

6. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internationali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 p.;
7. Bosco C. Noi metodologii pentru evaluarea și programarea antrenamentului. București, Sportul de performanță, nr. 326, 1992. 233 p.
8. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trînta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1997. 21 p.
9. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997.
10. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A., 1999.
11. Dragnea Adrian și colab. Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 2000.
12. Dragnea Adrian, Bota Aura. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică, R.A., 1999.
13. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994.
14. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990.
15. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p.
16. Hantău I., Manolachi V. Pregătirea fizică a judocanelor de performanță: Manual. Chișinău: ”LYCEUM”, 2000. 200 p.
17. Hany Abdeli Karim Jarrah. Perfecționarea pregătirii tehnico-tactice a luptătorilor de stil liber și judo în baza constituirii raționale a acțiunilor de contraatac: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 2001. 23 p.
18. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținînd cont de influența deverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p.234-243.
19. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.
20. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.
21. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.
22. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. К.: Олимпийская литература, 1999. 320 с.
23. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1991. - 544 с.
24. Мруз И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Științaculturifizice. 2011, nr. 7/1, 57-60. ISSN 1857-4114
25. Настольная книга учителя физической культуры /Под ред. Л.Б. Кофма-на. М.: Физкультура и спорт, 1998. 496 с.
26. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. К.: Олимпийская литература, 1997. 584 с.
27. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта. М.: Академия, 2000. 480 с.

Data completării: 01.09.2021

**Polevaia – Secăreanu Angela
Grosu Vasile**



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico -materială a competițiilor OAATMC (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O.034	Anul	III	Semestrul	5
Nr.credite	6	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „OAATMC” (înotul sportiv) este parte componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului III, secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice și sportului, aplicativ și integrativ la catedra „Natație și turism” USEFS.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele generale al cursului „Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor” este de a familiariza studenții care se specializează la înot cu aspectele organizării și desfășurării competițiilor la această disciplină sportivă, în cadrul bazinelor artificiale și naturale. Cursul prevede de asemenea insuflarea studenților deprinderilor de organizare și desfășurare a manifestărilor în cadrul taberelor de odihnă. taberele de odihnă.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Pe parcursul studiului acestei discipline, o deosebită atenție se va acorda problemei asigurării tehnico-materiale a competițiilor. • Toate acestea sunt necesare pentru achiziționarea de către fiecare student a cunoștințelor și depinderilor profesionale, a procedurilor metodice de organizare și desfășurare a competițiilor. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. V, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației fizice și sport.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programurilor privind instruirea în proba natație; • Utilizarea tehnologiilor și metodologiilor moderne de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „OAATMC” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Aceasta are menire de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. <p>Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • procedura de aprobare a calendarului competițional oficial; • stabilirea comisiei de organizare: subcomisia tehnico-sportivă (problemele legate de pregătirea sportivilor); • subcomisia de arbitri (regulament, echipament de prezentare), subcomisia de propagandă și relații (afișul concursului, tipărirea programului, evidența participanților), subcomisia de organizare (administrativ, cazare, masă, etc.). <p>Activitatea de pregătire a competiției:</p> <ul style="list-style-type: none"> • verificarea funcționalității bazinului (accesul sportivilor, publicului, presei); • stabilirea programului, filmul competiției (pe zile, pe ore); • precizarea condițiilor de viață a sportivilor (masă, casă, transport); • stabilirea protocolului competiției, numirea arbitrilor; • stabilirea legăturii cu organele sanitare, medicale (salvare); • alcătuirea programului tehnic de concurs (probe, serii, etc.); • organizarea ședinței tehnice care precede concursul. <p>Activitatea desfășurării competițiilor:</p> <ul style="list-style-type: none"> • respectarea regulamentului competiției; • informarea sportivilor, publicului, presei asupra rezultatelor obținute; • evidența recordurilor, comunicarea oficială a recordurilor noi; • asigurarea festivităților de premiere, întocmirea protocolului; • multiplicarea rezultatelor tehnice sub forma unui buletin de concurs;

- asigurarea festivității de închidere a concursului și predare a bazinului forurilor administrative.
- La nivel de înțelegere și aplicare:**
- să elaboreze calendarul oficial al competițiilor;
 - să stabilească comisia de organizare a competiției;
 - să verifice funcționalitatea bazinului;
 - să stabilească protocolul competiției, numirea arbitrilor;
 - să stabilească legătura cu organele sanitare (medicale);
 - să alcătuiască programul tehnic de concurs;
 - să organizeze ședințe tehnice cu arbitrii și antrenorii;
 - să arbitreze competiții în diferite posturi de arbitri;
 - să asigure festivități de premiere a sportivilor, deschidere și închidere a competiției.
- La nivel integrare:**
- să aprecieze importanța organizării și desfășurării competiției pentru activitatea ulterioară;
 - să aprofundeze prin extensiune sistematică a cunoașterii și înțelegerii mecanismelor de funcționare a competițiilor în diverse situații de desfășurare a lor;
 - să aprecieze valoarea competițiilor în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competiției profesional-pedagogice;
 - să-și autoevalueze nivelul pregătiri în arbitrajul competițiilor;
 - să încadreze în cazul lecțiilor de arbitraj și a arbitrajului competițiilor elemente de cercetare științifică.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Organizarea și desfășurarea competițiilor	8	4		4
	2	Regulamentul competițiilor	8	4		4
	3	Componenta colegiului de arbitri	8	4		4
	4	Pregătirea către desfășurarea competițiilor	8	4		4
	5	Repartizarea participanților pe curse.	6	2		4
	6	Tehnica securității. Pregătirea bazinului și a sistemelor de asigurare. Asigurarea medicală.	6	2		4
	7	Înotul cu procedeele stil liber, spate, bras, fluture, mixt și ștafetă.	6	4		2
	8	Edificiile sportive pentru înot și competiții. Reclama competiției.	6	2		4
	9	Particularitățile organizării competițiilor și arbitrajul.	6	2		4
	10	Dopajul în activitatea sportivă	6	2		4
	11	Procedeele de înot, distanțele și programa competițiilor	8		4	4
	12	Caracterul competițiilor	4		2	2
	13	Componenta participanților	6		4	2
	14	Obligațiunile și drepturile participanților la competiții	4		2	2
	15	Forma sportivă	4		2	2
	16	Reprezentanții, antrenorii și căpitanii	6		4	2

	echipelor				
17	Organizarea ceremoniei de deschidere și închidere a competițiilor Conducerea competițiilor	6		4	2
18	Sistemul înregistrărilor automatizate	4		2	2
19	Organizarea și desfășurarea competițiilor la înot în școală și în taberele de odihnă.	6		4	2
20	Dirijarea cu desfășurarea competițiilor	4		2	2
21	Colegiul de arbitri	6		4	2
22	Repartizarea participanților pe cursele preliminară, semifinale și finale	4		2	2
23	Proteste. Sancțiunile	4		2	2
24	Cerințele regulamentului pentru procedeul craul pe piept	4		2	2
25	Cerințele regulamentului pentru procedeul craul pe spate	4		2	2
26	Cerințele regulamentului pentru procedeul bras	4		2	2
27	Cerințele regulamentului pentru procedeul fluture	4		2	2
28	Cerințele regulamentului pentru înotul mixt	4		2	2
29	Cerințele regulamentului pentru ștafeta combinată	4		2	2
30	Cerințele regulamentului privind startul	4		2	2
31	Cerințele regulamentului privind întoarcerile	4		2	2
32	Cerințele regulamentului privind finišul	4		2	2
33	Cronometrarea curselor. Sistemul și metodică înregistrării automate	4		2	2
34	Înregistrarea recordurilor și performanțelor sportive	4		2	2
35	Locul desfășurării competițiilor și echipamentul	4		2	2
Total :		180	30	60	90
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze</p>				

	<p>cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în%)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminar	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Măine, 2012. 2. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 3. Maglisco E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 5. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotătorilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școlă" 3/2015, Chișinău, p. 66-69. 6. Solonenco G., Stepanova N., Rîșneac B. Înotul / Tehnologii teoretico-metodice în pregătirea înotătorilor. Chișinău, 2021. Tip. Totex-lux, 217 p. 7. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта. Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003. 8. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 9. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006. 10. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с. 11. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor OAATMC, (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O.34	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	60	-	30	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor” (gimnastica ritmică) este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse metodici și programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a gimnasticii ritmice, operarea cu regulamentul competițional de gimnastică ritmică						

	<p>(după Codul Internațional de Punctaj FIG) în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodicii instruirii tehnicii probei sportive-gimnasticii ritmice, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea metodologiilor instruirii tehnicii gimnasticii ritmice și a sistemelor de pregătire tehnică la gimnastică ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament în gimnastica ritmică. • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la viitorii antrenori, de a utiliza regulamentul competițional de gimnastică ritmică (după Codul Internațional de Punctaj – FIG) în scopul alcătuirii compozițiilor competiționale corecte și performante în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu Codul de Punctaj Internațional (FIG); • Aplicarea procedeelor tehnice în corespundere cu specificul probei gimnasticii ritmice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.
	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul organizării, arbitrării și asigurării tehnico-materiale a competițiilor de gimnastica ritmică;

Finalități și performanțe la curs/modul

- să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul bazelor teoretice a organizării, arbitrării și asigurării tehnico-materiale a competițiilor, după codul de internațional de punctaj FIG.
- să cunoască competiții oficiale la gimnastica ritmică și programa lor și să descrie programul pentru compozițiile individuale;
- să clasifice componența arbitrilor la Competițiile oficiale;
- să cunoască funcțiile arbitrilor la Competițiile oficiale;
- să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind regulile alcătuirii compozițiilor individuale la gimnastica ritmică după codul de internațional de punctaj FIG.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să prezinte grupele corporale tehnice prin semnele oficiale după codul de punctaj, FIG;
- să elaboreze combinații de pași de dans cu mânuire a obiectelor, prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG;
- să elaboreze grupe tehnice fundamentale și nefundamentale a mânăuirii cu obiectele, prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG;
- să modeleze elementele dinamice cu aruncare și rotație a obiectelor portative ale gimnasticii (coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica), prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG;
- să elaboreze măiestrie a mânăuirii cu obiectele, prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG;
- să modeleze fișa competițională la toate probele poliathlonului gimnasticii ritmice – compoziții: fără obiect, coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica.
- să elaboreze un model de Regulament Competițional de desfășurarea unui concurs de gimnastica ritmică

La nivel de integrare:

- să aibă posibilitatea de a integra noțiuni teoretice privind organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în procesul nemijlocit de pregătire și organizarea a competițiilor de diferit nivel la gimnastica ritmică;
- să selecteze obiective concrete pentru elaborarea nemijlocită a compozițiilor competiționale pentru gimnastele de diferit nivel de pregătire;
- să respecte regulamentul de organizarea a competițiilor de diferit nivel la gimnastica ritmică;
- manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina „Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor”;
- să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei „Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor” (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor.

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	LP	LI
1	Competiții oficiale la gimnastica ritmică și programa lor. - Campionate oficiale și programul oficial; - Programul oficial pentru compozițiile individuale; - Cronometrajul și penalizările pentru depășirea normelor la durata acompaniamentului muzical - Muzica pentru alcătuirea compozițiilor competiționale.	24	6	10	8
2	Regulament Competițional de desfășurarea unui concurs de gimnastica ritmică	22	4	12	6

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		- Regulile și condițiile de organizare a unui Regulament Competițional de desfășurarea unui concurs de gimnastica ritmică. - Un model de Regulament Competițional de desfășurarea unui concurs de gimnastica ritmică.				
	3	Componenta arbitrilor la gimnastica ritmică, după codul internațional de punctaj FIG. - Componenta arbitrilor la competițiile oficiale; - Componenta arbitrilor la aprecierea dificultății compoziției și funcțiile lor; - Componenta arbitrilor la aprecierea execuției compoziției și funcțiile lor; - Componenta arbitrilor la aprecierea execuției artistice și funcțiile lor; - Arbitrii la liniile de covor și funcțiile lor.	50	10	16	24
	4	Compozițiile individuale la gimnastica ritmică. - Grupele corporale tehnice, fixate prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG; - Combinații de pași de dans cu mânăuire a obiectelor (S), fixate prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG; - Grupe tehnice fundamentale și nefundamentale a mânăuirii cu obiectele, fixate prin semnele oficiale după codul de punctaj, FIG; - Elementele dinamice cu aruncare și rotație (R) a obiectelor portative ale gimnasticii (coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica), fixate prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG; - Măiestrie a mânăuirii cu obiectele (AD), prin semnele oficiale după codul internațional de punctaj, FIG; - Fișa competițională la toate probele poliatlonului gimnasticii ritmice – compoziții: fără obiect, coarda, cerc, mingea, măciuci, panglica.	84	10	22	52
	Total :		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw					

	(Mozaicul), etc. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 2. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с. 3. Правила судейства по художественной гимнастике 2021-2024. ФИЖ, 2021. 140 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Moga Carolina, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O. 34	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		180	60	-	30	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina "Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor (gimnastica artistică)" este o componentă indispensabilă a planului de studii pentru pregătirea studenților la specialitatea „Antrenament sportiv”. Ea se axează pe formarea competențelor necesare pentru pregătirea specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv în gimnastică artistică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar este elaborat în conformitate cu prevederile planului-cadru pentru studii superioare (ciclul I) și se axează pe standardele educative contemporane, realizarea cărora garantează formarea competențelor profesionale de cea mai înaltă calitate.</p> <p>Astfel, obiectivele rezolvate în cadrul cursului/modulului vizează cu prioritate scopul planului de învățământ la programul Antrenament sportiv, care prevede pregătirea profesională a specialiștilor în tendințele contemporane ale dezvoltării domeniului Științe ale sportului pe plan național și internațional.</p>						

	<p>Obiectivele-cheie stabilite la disciplina Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor (gimnastica artistică) sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - posedarea unui grad înalt de motivație pentru autodezvoltare și autoperfecționare, dar și să tindă permanent spre creșterea nivelului său cultural și profesional. - realizarea activității instructiv-educative și de formare a specialiștilor cu un nivel înalt de pregătire în teoria și practica probei de gimnastică artistică care corespunde cu standardele de excelență naționale și internaționale. - crearea unui sistem bine corelat de dezvoltare profesională a specialistului în domeniul gimnasticii artistice prin posedarea unui vast potențial pentru formarea capacităților socio-psiho-motrice, a atitudinilor de autoafirmare, autoevaluare și de orientare valorică a personalității. - colaborarea cu colegii pentru a rezolva orice probleme în procesul realizării activității profesionale. - formarea deprinderilor teoretico-științifice și psihomotrice a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de cunoștințe, competențe și motivații. <p>Disciplina are drept scop formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii artistice, capabili să utilizeze diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, capabili de a opera cu regulamentul competițional de gimnastică artistică (după Codul Internațional de Punctaj FIG), de a organiza și desfășura competiții sportive la proba de gimnastică artistică, în cadrul procesului de pregătire a sportivilor la gimnastica artistică</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Programul este conceput pe durata unui semestru la an. III de studii, sem. V, înglobează 180 ore, ceea ce corespunde cu 6 credite. Disciplina este deschisă spre contemporanitate, spre tendințele dezvoltării domeniului științe ale sportului, a specialității Antrenament sportiv pe plan național și internațional.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica artistică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică artistică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului de gimnastică artistică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea competițiilor în gimnastica artistică. • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la viitorii antrenori, de a utiliza regulamentul competițional de gimnastică artistică (după Codul Internațional de Punctaj – FIG) în scopul alcătuirii compozițiilor competiționale corecte și performante în cadrul activităților de antrenament la gimnastica artistică, <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al sportivilor în proba de gimnastică artistică în corespundere cu Codul de Punctaj Internațional (FIG); • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei de gimnastică artistică; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică artistică.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul organizării, arbitrării și asigurării tehnico-materiale a competițiilor de gimnastica artistică;

- să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul bazelor teoretice a organizării, arbitrării și asigurării tehnico-materiale a competițiilor, după codul de internațional de punctaj FIG.
- să cunoască competiții oficiale la gimnastica artistică, programa lor și să descrie programul pentru compozițiile la aparate;
- să clasifice componența arbitrilor la Competițiile oficiale;
- să cunoască funcțiile arbitrilor la Competițiile oficiale;
- să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind regulile alcătuirii compozițiilor la gimnastica artistică după codul de internațional de punctaj FIG.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să prezinte grupele corporale tehnice prin semnele oficiale după codul de punctaj, FIG;
- să elaboreze combinații după codul internațional de punctaj, FIG;
- să modeleze fișa competițională la toate probele poliathlonului gimnasticii artistice – compoziții.
- să elaboreze un model de Regulament Competițional de desfășurarea unui concurs de gimnastica artistică.

La nivel de integrare:

- să aibă posibilitatea de a integra noțiuni teoretice privind organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în procesul nemijlocit de pregătire și organizarea a competițiilor de diferit nivel la gimnastica artistică.
- să selecteze obiective concrete pentru elaborarea nemijlocită a compozițiilor competiționale pentru gimnastele de diferit nivel de pregătire;
- să respecte regulamentul de organizarea a competițiilor de diferit nivel la gimnastica artistică;
- manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina „Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor”;
- să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte la disciplina „Organizarea, arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor” (gimnastica artistică) în procesul pregătirii gimnastelor.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Însemnătatea și clasificarea competițiilor. Modul de desfășurare a competiției.	12	2	4	6
	2	Scopul și rațiunea Codului de punctaj. Reguli pentru gimnaști, antrenori, arbitri	10	2	2	6
	3	Juriul și organizarea acestora. Arbitrarea exercițiilor de concurs.	24	4	10	10
	4	Reglementări privind dificultatea 0	14	2	4	8
	5	Reglementări privind prezentarea exercițiului.	18	4	6	8
	6	Descrierea exercițiilor la aparatele de gimnastică.	56	10	20	26
	7	Planificarea competiției	16	2	4	10
	8	Festivitatea de deschidere, premiera și închiderea competiției. Darea de seamă privind desfășurarea competiției.	16	2	6	8
	9	Pregătirea locului și asigurarea tehnico-materială a competiției.	14	2	4	8
	Total :			180	30	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții					

	<p>practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbatere, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte, pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportunității a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin câteva subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Didactica gimnasticii. Vol. I. Teorie și metodologie. Coord. Grimalschi T., Filipenco E. Chișinău: U.S.E.F.S., 2013.</p> <p>2. Gimnastica. Manual pentru facultățile pedagogice-educație fizică și sport. Coord.: T.Grimalschi, E.Filipenco, P.E.Tolmaciiov. Lumina, Chișinău, 1993, p.p. 5, 14, 22, 34, 42, 76, 119, 140, 145, 332.</p> <p>3. Potop V. Teoria și practica în gimnastica artistică. București: Discobolul, 2014. 216 p. ISBN 978-606-8294-97-1.</p> <p style="text-align: center;">◆◆◆</p> <p>4. Смолевский В.М., Гавердовский Ю.К. Спортивная гимнастика, Киев: Олимпийская литература, 1999. 409 с.</p> <p>5. Правила судейства по спортивной гимнастике 2021-2024. ФИЖ, 2021. 100 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Moga Carolina



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Organizarea, arbitrajul și asigurarea tehnico -materială a competițiilor, OAATMC (atletism)					
Titularul cursului		Scripcenco C., dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O. 34	Anul	III	Semestrul	5
Nr.credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Totalorepe semestru		180
Regimuldisciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărutotaldeore (pesemestru)dinplanuldeînvățământ (C-curs, S-seminar, L/P-M-lucrări practico-metodice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@ mail.com	Total	C	S	L/P-M	LI	
		180	30		60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „OAATMC” (atletism) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul atletismului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <p>Acumularea cunoștințelor metodico-practice ce țin de organizarea,arbitrajul și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în probe de atletism;</p> <ul style="list-style-type: none">• Organizarea,arbitrajul și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în probele de atletism.• Înțelegerea esenței ce țin de organizarea,arbitrajul și asigurarea tehnico -materială a competițiilor în probele de atletism.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea deprinderilor organizatorico-pedagogice, privind organizarea, arbitrajul și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în probele de atletism. • Determinarea și selectarea a instrumentelor metodice pentru planificarea antrenamentului sportiv și rezolvarea obiectivelor principale ale lecției de atletism. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. 5, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul atletismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilor și echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor specifice de dirijare și coordonare în domeniul atletismului; • Utilizarea metodologiilor de analiză a organizării, arbitrajului și asigurării tehnico-materiale a competițiilor în probele de atletism; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul organizării competițiilor și arbitrajului în atletism; • Desfășurarea procesului instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al atleților în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea organizării, arbitrajului și asigurării tehnico-materială a competițiilor în jocurile sportive în corespundere cu specificul probei; • Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării atletismului dat în lume.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei „OAATMC” în probele de atletism (organizare, arbitraj, asigurarea tehnico-materială a competițiilor); ▪ să identifice metodele pedagogice ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire a probelor de atletism; ▪ să caracterizeze mijloacele inovative care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; ▪ să identifice etapele de organizare, arbitraj și asigurare tehnico-materială a competițiilor în probele de atletism; ▪ să identifice aspectele specifice ale organizării, arbitrajului și asigurării tehnico-materială a competițiilor în probele de atletism în proba sportivă aleasă; ▪ să caracterizeze procesul de organizare, arbitraj și asigurare tehnico-materială a competițiilor în atletism sportivilor de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine organizarea, arbitrajul și asigurarea tehnico-materială a competițiilor în atletism în proba sportivă aleasă; ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui atlet din proba aleasă;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice organizarea,arbitrarea și asigurarea tehnico -materială a competițiilor în atletism a sportivului; ▪ să determine metodica însușirii a organizarii, arbitrarii și asigurarii tehnico -materiale a competițiilor în altetism; ▪ să aplice cunoștințeleșicapacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu atleții de diferite vârste. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura organizarii, arbitrarii și asigurarii tehnico -materiale a competițiilor la atletism; ▪ să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de organizare,arbitrare și asigurare tehnico -materială a competițiilor în probele de atletism; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru organizarea,arbitrarea și asigurarea tehnico-materială a competițiilor la probele de atletism a sportivului ce practică atletism; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport. 																																																																																									
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="5">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>Seminar</th> <th>L/P</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Istoria competiției sportive.</td> <td>8</td> <td>2</td> <td></td> <td>2</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Funcțiile competiției sportive.</td> <td>8</td> <td>2</td> <td></td> <td>2</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Structura activității competiționale în probele de atletism.</td> <td>12</td> <td>2</td> <td></td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Rezultatele sportive, criterii de evaluare.</td> <td>12</td> <td>2</td> <td></td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Criteriile obiective, subiective și mixte ale rezultatelor sportive.</td> <td>12</td> <td>2</td> <td></td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Clasificarea performanțelor sportive.</td> <td>12</td> <td>2</td> <td></td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Clasificarea competițiilor sportive.</td> <td>20</td> <td>4</td> <td></td> <td>6</td> <td>10</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Sistemele de desfășurare a competițiilor.</td> <td>28</td> <td>4</td> <td></td> <td>10</td> <td>14</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>Devizul de cheltuieli și ordinul de organizare competițiilor sportive.</td> <td>32</td> <td>4</td> <td></td> <td>12</td> <td>16</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Regulamentul de organizare și desfășurare a competițiilor. Regulile de joc și arbitrajul în probele de atletism.</td> <td>36</td> <td>6</td> <td></td> <td>12</td> <td>18</td> </tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total</td> <td>180</td> <td>30</td> <td></td> <td>60</td> <td>90</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore					Total	Curs	Seminar	L/P	LI	1	Istoria competiției sportive.	8	2		2	4	2	Funcțiile competiției sportive.	8	2		2	4	3	Structura activității competiționale în probele de atletism.	12	2		4	6	4	Rezultatele sportive, criterii de evaluare.	12	2		4	6	5	Criteriile obiective, subiective și mixte ale rezultatelor sportive.	12	2		4	6	6	Clasificarea performanțelor sportive.	12	2		4	6	7	Clasificarea competițiilor sportive.	20	4		6	10	8	Sistemele de desfășurare a competițiilor.	28	4		10	14	9	Devizul de cheltuieli și ordinul de organizare competițiilor sportive.	32	4		12	16	10	Regulamentul de organizare și desfășurare a competițiilor. Regulile de joc și arbitrajul în probele de atletism.	36	6		12	18	Total		180	30		60	90
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																						
		Total	Curs	Seminar	L/P	LI																																																																																				
1	Istoria competiției sportive.	8	2		2	4																																																																																				
2	Funcțiile competiției sportive.	8	2		2	4																																																																																				
3	Structura activității competiționale în probele de atletism.	12	2		4	6																																																																																				
4	Rezultatele sportive, criterii de evaluare.	12	2		4	6																																																																																				
5	Criteriile obiective, subiective și mixte ale rezultatelor sportive.	12	2		4	6																																																																																				
6	Clasificarea performanțelor sportive.	12	2		4	6																																																																																				
7	Clasificarea competițiilor sportive.	20	4		6	10																																																																																				
8	Sistemele de desfășurare a competițiilor.	28	4		10	14																																																																																				
9	Devizul de cheltuieli și ordinul de organizare competițiilor sportive.	32	4		12	16																																																																																				
10	Regulamentul de organizare și desfășurare a competițiilor. Regulile de joc și arbitrajul în probele de atletism.	36	6		12	18																																																																																				
Total		180	30		60	90																																																																																				
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, braistorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>																																																																																									
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>4. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele</p>																																																																																									

	<p>profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>		
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Notafinală		100%
	Notapentru evaluarea finală		40%
	Nota evaluare curentă		20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%
	Nota lucrul individual		20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992. 2. Cecilia Gevat, Alin Larion „Lecții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. 3. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 4. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. 5. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989. 6. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В. Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976. 		

Data completării: 01.09.2021

Scripcenco Constantin



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Managementul comunicării					
Titularul cursului		Gâdei Mariana, asistent universitar					
Ciclul <i>(M-master)</i>	M	Codul cursului	S 05 O. 35	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	2	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		60	10	20		30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina "Managementul comunicării" are un context interdisciplinar și este destinată spre studiu studenților USEFS, specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, Facultatea de Sport, anul III sem.5.</p> <p>În context conceptual, programa cursului "Managementul comunicării" vizează formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe profesionale și transversale care va asigura pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru angajare în sfera activităților profesional-manageriale, socio-culturale și comunicative în calitate de manager, profesor de educație fizică, antrenor de sport, care vor asigura capacitatea de a monitoriza, planifica, proiecta, realiza, evalua eficacitatea și calitatea activităților de cultură fizică în contextul actualelor abordări științifice.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>5. Cunoașterea bazei teoretico-metodologice a formării socio-profesionale a managerului și influențele educaționale asupra acestuia prin activitățile de comunicare.</p> <p>6. Cunoașterea formelor și genurilor de comunicare privind determinarea</p>						

	<p>activităților comunicative a managerului.</p> <p>7. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activităților didactice comunicative a managerilor din domeniu.</p> <p>8. Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activităților didactice comunicative a managerilor din domeniu.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. 5, 60 ore pe parcursul unui semestru, cărora le corespund 2 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul managementului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor comunicării eficiente în procesul pregătirii personalității managerului sportiv; • Înțelegerea aspectelor multiple ce țin de dezvoltare și formare pentru realizarea activităților profesionale comunicative manageriale; • Determinarea modurilor de implicare a evaluării psihosociopedagogice în activitatea de formare a personalității managerului și a valențelor formative, de evaluare și a modelelor eficiente; • Eficientizarea procesului instructiv-educativ prin introducerea tehnologiilor specifice profesiografice în procesul pregătirii managerului pentru comunicarea managerială în activitățile sportive; • Cunoașterea tehnologiilor de diagnosticare și de apreciere a proceselor formative în cadrul activităților educaționale orientate spre formarea competențelor comunicative profesionale și manageriale a personalității specialistului de educație fizică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe ale teoriei și racticii în activitatea sportivă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește activitatea sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Comunicare managerială în sport” (forme, tehnici, strategii de comunicare, bariere în comunicare, gestionarea conflictelor etc.); ➤ să definească noțiunea de comunicare managerială; ➤ să cunoască strategiile de eficientizare a comunicării manageriale; ➤ să identifice barierele de comunicare din organizație; ➤ să cunoască tehnici de aplanare a conflictelor; ➤ să cunoască particularitățile comunicării manageriale; ➤ să cunoască corelația: stil de comunicare – stil managerial de conducere. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine tehnicile de comunicare managerială eficientă; ➤ să rezolve sarcinile practice care la fiecare unitate de conținut studiată; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează comunicarea managerială în organizație; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate.

	La nivel de integrare:					
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de realitatea existentă și să opereze cu tehnici de comunicare eficientă; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare a activității manageriale; ➤ să aplice cunoștințele teoretice în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	<i>Comunicarea managerială: caracteristici, necesitate, rol, funcții ale comunicării manageriale</i>	10	2	4	4
	2	<i>Formele comunicării manageriale (interpersonală, organizațională, internă, externă etc). Comunicarea șef-subaltern</i>	10	2	2	6
	3	<i>Comunicare și motivare în organizația sportivă</i>	8	2	2	4
	4	<i>Eficientizarea comunicării în activitățile sportive. Tehnici de comunicare</i>	6	2	2	2
	5	<i>Negocierea: principii, tipuri de negociere, fundamente, tactici, tehnici și trucuri</i>	8	2	2	4
	6	<i>Comunicarea organizațională: concept, tipuri. Grupul de muncă: caracteristici, tipuri. Corelația: stil de comunicare - stil managerial; stil de conducere – stil de comunicare.</i>	8		2	6
	7	<i>Managementul ședinței: rol, tipuri, etape</i>	4		2	2
	8	<i>Comunicarea didactică și relaționarea la lecția de educație fizică și antrenament</i>	6		4	2
	Total :		60	10	20	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări Power Point a studiilor de caz a situațiilor de problemă cu care se confruntă un manager în activitatea sa, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor</p>					

	<p>obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Candea R. Comunicarea managerială. București: Expert, 1996. 2. Carp I., Budevici A. Comunicarea managerială. Chișinău: Valinex, 2008. 3. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili. București: Curtea Veche, 2007. 4. Cornelius H. Știința rezolvării conflictelor. București: Ed. Științifică și Tehnică, 1996. 5. Dinu M. Comunicarea. București: Ed. Științifică, 1997. 6. Frunză-Danail G., Franț A. Management, training și leadership în cultura fizică. Note de curs. Chișinău, 2018. 7. Floyer A., Andrew. Abilități și aptitudini perfecte de comunicare. București: Ed. Național, 1998. 8. King L. Secretele comunicării. București: Amaltea, 1997. 9. Lassus R. Programarea neurolingvistică și arta comunicării. București: Teora, 2004. 10. Pâinișoară I. Comunicarea eficientă. Iași: Polirom, 2006. 11. Pease A. Limbajul trupului. București: Polimark, 1993. 12. Pease A. Limbajul vorbirii. București: Polimark, 1995. 13. Pease A., Pease B. Abilități de comunicare. București: Curtea Veche, 2007. 14. Popescu D. Artă de a comunica. București: Ed. Economică, 1999. 15. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare. Vol. 1, Iași: Polirom, 2004. 16. Prutianu Ș. Antrenamentul abilităților de comunicare. Vol. 2, Iași: Polirom, 2005. 17. Prutianu Ș. Comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 1998. 18. Prutianu Ș. Manual de comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 2000. 19. Prutianu Ș. Tratat de comunicare și negociere în afaceri. Iași: Polirom, 2008. 20. Rosemberg M. Comunicarea nonviolentă – un limbaj al vieții. București: Ed. Elena Francisc Publishing, 2005. 21. Stanton N. Comunicarea. București: Ed. Științifică și Tehnică, 1997. 22. Șoitu L. Comunicare și acțiune. Iași: Institutul European, 1997. 23. Șoitu L. Pedagogia comunicării. București: Ed. Didactică și pedagogică, 1997. 24. Timuș M. Comunicarea profesională a specialistului de educație fizică și sport. Note de curs. Chișinău, 2013. 25. Tran V. Tehnici de comunicare. București: Ed. Print, 1999. 	

Data completării: 01.09.2021

Gîdei Mariana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Strategii manageriale în sport					
Titularul cursului		Volcu Irina, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 O. 36	Anul	III	Semestrul	5
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Competitivitatea organizațiilor contemporane, indiferent de natura și mărimea lor, își are sorgintea în calitatea strategiilor pe care le adoptă și le aplică. Condiționarea decisivă a performanțelor, organizațiilor de conținutul strategiilor, devenită, în ultimele decenii, evidentă pentru totalitatea agenților economici și managerilor din țările dezvoltate, explică avalanșa de cercetări, studii, cursuri și consultanțe, având drept obiect strategiile. Amploarea necesității și implicațiilor strategiei asupra funcționalității și rezultatelor organizațiilor, conștientizată de manageri, întreprinzători, specialiști - la nivel de firmă - politicieni, economiști, administratori și juriști - la nivel de țară - se reflectă, uneori, în supralicitarea termenilor de strategie și strategic. O expresie a acestei tendințe o constituie, relativ, frecvențele referiri la management strategic, alianță strategică, control strategic, organizare strategică, coordonare strategică etc, care au proliferat mai ales în ultimul deceniu.</p> <p>Trecând peste aceste aspecte, este de reținut impunerea strategiei ca o componentă esențială a managementului atât în planul teoriei cât și al practicii.</p> <p>Situarea sa în prim planul managementului contemporan din țările dezvoltate este</p>						

	<p>valabilă pentru toate tipurile de organizații macro, mezo și microeconomice. Firește, cel mai frecvent regăsim strategia la nivelul firmei, componenta economică de bază a economiei. Aceasta nu înseamnă că este mai puțin importantă la nivel de economie națională. Păreră noastră este că, o activitate economică performantă, într-un anumit spațiu național, nu poate fi realizată dacă nu se dispune de o strategie națională coerentă, focalizată pe obiective competitive, riguros definite și fundamentate sub aspectul vectorilor de creștere economică, al resurselor și ai sincronizărilor temporale, care să asigure un context național, favorizant elaborării și implementării de strategii competitive de către cea mai mare parte a firmelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;"><i>Competențe generale</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacitatea de a utiliza vocabularul științific specific domeniului. ➤ Capacitatea de a sintetiza informațiile generale și specifice din literatura de specialitate. ➤ Capacitatea de a lucra în echipă pentru atingerea unui anumit scop propus. ➤ Abilitatea de a aborda aspectele strategiilor manageriale în organizațiile sportive. ➤ Abilitatea de a se integra în activități de elaborare a strategiilor prin utilizarea eficientă a cunoștințelor dobândite. ➤ Capacitatea de a iniția și susține conversații pe subiecte manageriale. ➤ capacitatea de a-și manifesta creativitatea și a exprima punctele de vedere față de ceilalți. <p style="text-align: center;"><i>Competențe specifice</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Deprinderi de documentare și elaborare a unui plan strategic privind promovarea organizației sportive. ➤ Capacități de proiectare a unei strategii de dezvoltare a organizației sportive. ➤ Abilități de cunoaștere a strategiilor eficiente de folosire la maxim a resurselor existente pentru realizarea unei activități de elaborare a strategiei; ➤ Capacitatea de identificare a factorilor ce influențează procesul de implementare a strategiilor manageriale. ➤ Cunoașterea metodelor de lucru în procesul de fundamentare, elaborare și implementare a strategiilor manageriale. ➤ Abilități de inițiere a strategiilor de promovare a sportului ca produs orientat spre consumator. ➤ capacitatea de a evalua și a-ți asuma riscuri în diverse situații.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată defini principalele trăsături ale strategiei; ✓ să cunoască evoluția conceptului de strategie; ✓ să cunoască elementele componente ale strategiei și să le definească pe fiecare în parte; ✓ să cunoască factorii organizaționali definitori ai situației organizației sportive; ✓ să cunoască stadiile dezvoltării managementului strategic. ✓ să cunoască principalele elemente de conținut ale etapei de fundamentare a strategiei firmei; ✓ să cunoască definiția alianțelor strategice și politicilor organizaționale; ✓ să cunoască și să poată aplica în practică modalitățile de elaborare a strategiei organizaționale; ✓ să cunoască conținutul planului strategic al firmei; ✓ să cunoască strategiile specifice activității internaționale ale firmei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să compare toate definițiile date strategiei și să o selecteze pe cea mai adecvată. ✓ să determine obiectul, obiectivele, și scopurile strategiilor manageriale; ✓ să determine locul strategiilor manageriale în sistemul științelor; ✓ să cunoască tipurile de strategii în domeniul culturii fizice; ✓ să delimiteze strategiile ce vizează obținerea unei poziții competitive durabile.

	<p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ să poată formula misiunea și obiectivele fundamentale ale unei organizații. ✓ să poată formula o definiție a managementului strategic; ✓ să poată efectua o analiză inițială a unității sportive; ✓ să poată efectua o delimitare clară a strategiei de managementul strategic, alianțele strategice, politicile de firmă. ✓ să fie capabil să elaboreze planul strategic al unei firme; ✓ să cunoască fazele implementării strategiei; ✓ să fie capabil de a efectua o analiză a avantajelor competitive ale organizației. ✓ să elaboreze strategii manageriale în sport. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Conceptul de strategie. Abordările strategiei.	16	2	6	8
	2	Caracteristicile, elementele și tipologia strategiilor manageriale.	14	2	5	7
	3	Managementul strategic și stadiile de dezvoltare ale acestuia.	20	2	8	10
	4	Delimitarea managementului strategic de strategie, alianțele strategice și politicile organizaționale.	16	2	6	8
	5	Procesul de elaborare, fundamentare și implementare a strategiei la nivelul organizațiilor sportive.	22	3	8	11
	6	Direcții strategice ale dezvoltării culturii fizice și sportului în Republica Moldova.	12	2	4	6
	7	Strategii în domeniul culturii fizice.	20	2	8	10
Total :	120	15	45	60		
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Proiectarea didactică la disciplina de studiat va fi orientată spre activități de formare a competențelor studenților (cognitive și comportamentale) prin activitate formativă, conform obiectivelor de formare a competențelor specifice, și nu conținuturilor educaționale. Strategiile didactice vor fi active și interactive, practicându-se metodologii ce se referă la activitatea profesorului și a studentului. Se va respecta structura logică de corelare dintre subcompetențe, conținuturi și activități de evaluare inițiale, formative și finale. Procesul didactic va fi orientat spre învățare independentă și aplicativă, bazată pe formarea interesului subiectului. Profesorul va programa (proiecta) sarcini la domiciliu în scopul îndeplinirii lucrului individual. Activitatea realizată de către masterand la domiciliu trebuie evaluată în cadrul lecției și apreciată cu notă diferențiată.</p> <p><i>Metodele și tehnicile de predare-învățare se vor baza pe următoarele criterii:</i> Metodele de predare-învățare (de formare a competențelor) vor fi: expunerea orală, demonstrația, conversarea, învățarea individuală și în echipă, exercițiul, descoperirea și problematizarea; algoritmizarea; modelarea, simularea, cooperarea, asaltul de idei, studiul de caz, feed-back-ul, experimentul; metoda statistică – matematică. Predarea temelor teoretice incluse în curriculumul menite să formeze la studenți cunoștințe conceptuale și speciale este obligatoriu, fapt ce va conduce la formarea și consolidarea motivației învățării conștiente.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor</p>					

	<p>obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Liliana Budevici-Puiu <i>Management și legislație în educația fizică și sport</i>. Vol.I și II, Iași, TEHNOPRES, 2006. 2. Alois Gherguț <i>Management general și strategic în educație (ghid practic)</i>, Iași, POLIROM, 2007. 3. Ioan Ursachi <i>Management (ediția a III-a revăzută și adăugită)</i>, București, Editura ASE, 2007. 4. Septimiu Florian Todea <i>Managementul educației fizice și sportului</i>, București, Editura Fundației România de Măine, 2003. 5. Tipa Lazăr, Budevici Anatolie, Manolachi Veaceslav <i>Strategii și Management strategic în organizațiile sportive și antrenament (îndrumar metodico-didactic)</i>, Chișinău, Valinex, 2007. 6. <i>Strategia de dezvoltare a culturii fizice și sportului în Republica Moldova (2013-2020)</i> / Univ. de Educație Fizică și Sport din Moldova; coord.: Manolachi Veaceslav – Ch.: Editura USEFS (Tipografia „Valinex” SRL), 2012. 7. Ion Petrescu <i>Management (ediția a II-a revăzută și adăugită)</i>, Editura TIPOCART BRAȘOVIA, 1993 8. Nicolescu O., Verboncu I. <i>Management</i>. București, 1999; 9. Ciobanu I. <i>Management strategic</i>. Iași, 1998; 10. Volcu Gh., Volcu I. <i>Rolul creativității în elaborarea strategiilor organizațiilor sportive</i>. Revista teoretico-științifică „Știința culturii fizice” Nr.11/3 Chișinău: Editura USEFS, 2012. 11. Кушнерёв А. Г. <i>Основы стратегического управления и бизнес-планирования в сфере физической культуры и спорта: (Учебник)</i> / А.Г. Кушнерёв; Гос. Ун-т физического воспитания и спорта Республики Молдова. – Кишинёв: Б. и., 2015 (Типogr. «Primex-Com»). – 143 p. 12. Гертман М. <i>Стратегический менеджмент</i>: Пер. с франц. /Под ред. Д. О. Ямпольской. – СПб.: Нева, 2003. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL III SEMESTRUL 6							
Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Gimnastica medicală					
Titularul cursului		Misic Octavian, dr. în medicină, lect. univ. Mihailov Natalia, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 06 O. 37	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	45	-	75	
Nota de prezentare	<p>Gimnastica medicală este recunoscută ca cea de a treia parte a medicinei, deoarece are valențe și perspective deosebite. Ea reprezintă o disciplină medicală de sine stătătoare care se ocupă cu folosirea mijloacelor și formelor de lucru din cultura fizică pentru a trata traumele și afecțiunile sistemelor: cardiovascular, respirator, digestiv, endocrin și locomotor, de asemenea pentru a preîntâmpina complicațiile ce pot surveni în urma traumelor și diverselor afecțiuni.</p> <p>Gimnastica medicală ca disciplină fundamentală se studiază în domeniul de formare profesională la ciclul I – 100 Științe ale sportului, la specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv pe un număr de 150 ore, 5 credite. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 75 ore; lucru individual 75 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 3 ore – practice.</p> <p>Studierea obiectului se finalizează cu examen. Pe parcursul însușirii obiectului se</p>						

	preconizează efectuarea evaluării curente în săptămâna a 7 – a și a evaluării finale în săptămâna a 14 – a din planul calendaristic.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; • Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului educației fizice în procesul de elaborare a diferitor tipuri de proiecte; • Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de proiectare și programare a activităților instructive specifice procesului educației fizice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform statusului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul educației fizice și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei gimnasticii medicale; ▪ Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ▪ De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice; ▪ Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul Masajul și gimnasticii medicale, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Aplicarea metodologiei specifice recuperării sportivilor și elevilor; ▪ Abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Bazele generale ale gimnasticii medicale.	8	2	2	4
	2.	Gimnastica medicală în deficiențele de atitudine	10	2	4	4
	3.	Gimnastica medicală la boala scoliotică	10	2	4	4
	4.	Gimnastica medicală în deficiențele de picior	8	2	2	4
	5.	Gimnastica medicală în traumele membrelor inferioare	14	4	4	6
6.	Gimnastica medicală în traumele	12	4	4	4	

	membrelor superioare				
	Evaluarea intermediară I	8		2	6
1	Gimnastica medicală în traumele coloanei vertebrale	10	2	2	6
2	Gimnastica medicală în obezitate	12	2	4	6
3	Gimnastica medicală în diabetul zaharat	10	2	2	6
4	Gimnastica medicală în gută	8	2	2	4
5	Gimnastica medicală în clinica bolilor cardiovasculare	10	2	4	4
6	Gimnastica medicală în afecțiunile sistemului respirator	10	2	4	4
7	Gimnastica medicală în sistemul digestiv	12	2	4	6
8	Evaluarea finală II	8		2	6
	Total :	150	30	45	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale gimnasticii medicale. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată in triadă, jocul de rol etc.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă / scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<p>1. Caun E., Corman M., Pogorlețchi A. Recuperarea bolnavilor respiratori - Recomandări metodice către lucrări practice (pentru studenții facultății de Kinetoterapie). Chișinău, 2012, „Elan Poligraf”, 136 p. ISBN 978-9975-66-283-3.</p> <p>2. Corman M. V., Zavalîșca A. A., Pogorlețchi A. N Actualitatea problematicei obezității la copii de vârstă școlară mică. Materialele Congresului Internațional Sport. Olimpism Sănătate Ediția a II, Chișinău, 26 – 28. octombrie 2017.</p> <p>3. Corman M. V., Zavalîșca A. A., Pogorlețchi A. N Actualitatea problematicei obezității</p>				

	<p>la copii de vârstă școlară mică. Materialele Congresului Internațional Sport. Olimpism Sănătate Ediția a II, Chișinău, 26 – 28 octombrie 2017.</p> <p>4. Caun E. Gimnastica medicală în ortopedie Masaj (note de curs), Editura U.S.E.F.S. (Tipografia Vite-Jesc SRL) – Chișinău, 2012 , 282 p.</p> <p>5. Elena Caun. Particularitățile de petrecere a lecției de educație fizică cu elevii din grupa medicală specială (curs de lecții pentru studenții facultății de educație fizică). Chișinău, 1986.</p> <p>6. Dan M. - Educație pentru sănătate corporală. Oradea, 2004.</p> <p>7. Dan M. - Pregătirea profesional pedagogică a studenților de la facultatea de kinetoterapie pentru activitatea recuperatorie didactică. București, 2002.</p> <p>8. Попов С.Н. – Лечебная физическая культура, Москва, 2004.</p> <p>9. Фокин Н. – Курс массажа, Москва, 2005.</p> <p>10. Godorozea M., Pogorlețchi A., Agarii E., Roșca V., Masajul terapeutic. Ghid metodic pentru lucrări practice pentru studenții facultății de Kinetoterapie. Chișinău, 2018</p> <p>11. Попов С. Н. Физическая реабилитация. Ростов-на-Дону, 2005, 604 с.</p> <p>12. Zamora E., Crăciun D.D., Masaj medical procedee, metodica, indicații terapeutice. Editura Rizoprim, Cluj-Napoca, 2007, 148 p.</p> <p>13. Zavalîșca A. “Gimnastica medicală: Îndrumar instructiv pentru Instituțiile de învățământ superior de Educație Fizică, Tipografia Europress, Ediția a II-a, Chișinău, 2016.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

**Misic Octavian
Mihailov Natalia**



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport
tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Consultanța managerială					
Titularul cursului		Cireș Victoria, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 06 O. 38	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F-componenta fundamentală)							F
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	30	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “Consultanță managerială” este parte componentă a programului de formare a specialiștilor în domeniul Managementului Culturii Fizice și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților, precum și anumite competențe de cunoaștere, aplicare și integrare.</p> <p>Curriculum universitar la disciplina “Consultanță managerială” a fost conceput conform modelului centrat pe competențe – element nou în sistemul academic autohton, în defavoarea modelului axat pe obiective. Acest fapt a fost realizat întrucât există necesitatea respectării noilor standarde curriculare, precum și importanța reflectării finalității procesului de instruire. Astfel, curriculum-ul universitar la disciplina dată vizează cu prioritate valorizarea competențelor (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe, prin deschiderea către abordări inter- și</p>						

	transdisciplinare în interiorul ariei curriculare educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu.
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Capacitatea de a utiliza vocabularul științific specific domeniului. ➤ Capacitatea de a sintetiza informațiile generale și specifice din literatura de specialitate. ➤ Capacitatea de a lucra în echipă pentru atingerea unui anumit scop propus. ➤ Abilitatea de a aborda aspectele strategiilor manageriale în organizațiile sportive. ➤ Abilitatea de a se integra în activități de elaborare a strategiilor prin utilizarea eficientă a cunoștințelor dobândite. ➤ Capacitatea de a iniția și susține conversații pe subiecte manageriale. ➤ capacitatea de a-și manifesta creativitatea și a exprima punctele de vedere față de ceilalți. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Aplicarea și interpretarea legislației sportive. ✓ Capacitatea de a îndeplini atribuțiile de manager la diferite niveluri ale unei organizații ✓ Capacitatea de a aplica creativ metodele și tehnicile de cercetare specifice științei sportului și științei managementului. ✓ Capacitatea de a conduce grupuri de lucru și de a comunica eficient în contexte dintre cele mai diverse. ✓ Capacitatea de a acționa independent și creativ în abordarea și soluționarea problemelor, de a evalua obiectiv și constructiv stările critice, de a rezolva inteligent problemele și de a prezenta, în mod ilustrativ, rezultatele obținute. ✓ Utilizarea tehnicii de calcul moderne. ✓ Capacitatea de a înțelege și de a respecta imperatiile de legalitate, deontologie și eficiență ale profesiei. ✓ Comunicarea scrisă și orală în scop profesional într-o limbă de circulație internațională și deprinderea de a lucra eficient în contexte culturale diferite
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine obiectivele de studiu ale disciplinei; - să definească conceptele de bază privind activitatea de consultanță; - să nominalizeze partenerii procesului de consultanță; - să cunoască principalele componente ale procesului de consultanță; - să definească metodele de instruire a consultanților manageriali; <p align="center">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să discearnă consultanța managerială de celelalte tipuri de manifestare a asistenței specializate; - să descrie avantajele utilizării consalting-ului în asigurarea activității de succes a entităților sportive; - să facă distincția între diferite tipuri de consultanță managerială; - să determine factorii de bază în colaborarea părților în cazul contractului de consultanță ; - să stabilească caracteristicile personale ale consultantului managerial în sport, necesare realizării cu succes a activității profesate; - să argumenteze importanța fenomenului instruirii în activitatea de consalting; - să analizeze metodele utilizate în abordarea schimbării în entitățile sportive; - să explice interdependența părților implicate în consultanță managerială; - să determine specificul consultanței ca formă de interacțiune umană; - să explice condițiile de bază pentru justificarea recurgerii la consalting. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să descrie etapele procesului de consultanță prin exemplificare; - să identifice posibilele erori ce pot apărea în realizarea procesului de consultanță; - să analizeze locul cunoștințelor de consultanță fundamentale în cadrul activităților manageriale practice;

	<ul style="list-style-type: none"> - să aplice tehnicile de consultanță în funcție de situația expusă în studiile de caz; - să delimiteze tipurile de consalting ce se pot manifesta în activitatea sportivă; - să schițeze algoritmul unei consultanțe manageriale în sport; - să analizeze tendințele de dezvoltare ale procesului de consultanță managerială și să propună inițiative de optimizare a raporturilor de consalting; - să exprime propriul punct de vedere privind condițiile de realizare a consultanței manageriale. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Natura consultanței și amploarea serviciilor de consultanță	12	2	4	6
	2	Partenerii procesului de consultanță	12	2	4	6
	3	Consultanța și instruirea	10	2	2	6
	4	Consultanța și schimbarea	11	2	4	5
	5	Procesul de consultanță și componentele acestuia	10	2	4	4
	6	Consultanța în diferite domenii ale managementului	12	2	4	4
	7	Cariera de consultant	12	2	4	6
	8	Pregătirea și perfecționarea consultanților	11	1	2	8
	Total :		90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În scopul eficientizării procesului de instruire, la disciplina Consultanță managerială în sport se utilizează următoarele forme de organizare a activităților didactice: cursul universitar, seminarul universitar, cu centrarea pe student. În cadrul procesului de predare-evaluare se utilizează preponderent metodele interactive: problematizarea, învățarea prin rezolvarea de probleme, studiu de caz, metoda expertului, metode de tip euristic prin care studentul este stimulat să găsească soluții prin rezultatul propriei activități de învățare dar și metode tradiționale ca expunerea, descrierea, explicarea fenomenelor și proceselor negocierii, dialogul, comparația, etc. Scopul utilizării acestor metode este declanșarea activității independente a studentului și stimularea procesului de inițiere a unor cercetări ale problemelor manageriale și de consultanță.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă / scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alimayer-Stefanic K.: 33 de principii de conducere a întreprinderii, (traducere din limba germană). Biblioteca Organizării și Conducerii Științifice. Editura politică, București 1970. 2. Anghelescu, V.: Elemente de ergonomie aplicată. în colecția: Biblioteca Organizării și Conducerii Științifice. Editura politică, București, 1970. Berbecaru I.: Conducerea modernă în turism. Editura pentru turism, București, 1975. 3. Budevici - Puiu Liliana, Budevici Anatolie, Enache Petronel, Management și legislație în educația fizică și sport Iași: Tehnopress, 2006 – 322 p. 4. Budevici-Puiu Anatol, Franț Anna. Dezvoltarea personală și profesională a resurselor umane din entitățile sportive prin consultanță managerială acmeologică, Materialele Conferinței științifice internaționale ”Cultura fizică și sportul într-o societate bazată pe cunoaștere”, USEFS 6-7 noiembrie 2015, 540p., p. 20-24, ISBN 978-9975-131-21-6. 5. Cojocaru G.; Oprea N., Pleșoianu G.: Conducerea și problematica dezvoltării resurselor. în lucrarea: Enciclopedia conducerii întreprinderii, Partea a III-a. Editura științifică și enciclopedică, București, 1981. 6. Dumitrescu M.; Oprea M.; Fleșoianu G.: Proiectarea sistemelor organizare și conducere ale unităților economice. Editura științifică și enciclopedică, București, 1988. 7. Franț Anna. Consultanța managerială în sport: Curs universitar, "Valinex" SRL, Chișinău 2017, ISBN 978-9975-68-331-9, 128 p. 8. Franț Anna. Dezvoltarea profesională a specialiștilor de cultură fizică prin consultanță managerială acmeologică, Materialele Conferinței Științifice Internațională cu tema: “Problemele acmeologice în domeniul Culturii fizice”, 4 decembrie 2015, USEFS, Chișinău, Moldova ISBN 978-9975-68-284-8, 119 p. p. 31-36. 9. Franț Anna. Impactul consultației manageriale în abordarea schimbării din entitățile sportive. Materialele Conferinței științifice internaționale ”Probleme actuale privind perfectarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice”, 14-15 noiembrie, 2014, ISBN 978-9975-131-07-0. -630p. p. 527-532. 10. Franț Anna. Necesitatea consultației manageriale în activitatea sportivă, Materialele congresului Științific Internațional „Strategii de dezvoltare a sportului pentru toți și bazele legislative ale domeniului culturii fizice și sportului în țările CSI” Chișinău, 24-25 septembrie – 2008. ISBN 978-9975-68-093-6. 11. Franț Anna. The Role of Consultancy in the Management of Customer Relationship to Entities with Sporting Profile, Working papers 4th Central & Eastern European LUMEN International Scientific Conference on Education, Sport and Health, 29-30 September 2017, Chisinau, Republic of Moldova, ISBN: 978-973-166-479-8, 289p., p. 98-100. 12. Franț Anna, „Managementul relațiilor cu clienții la entitățile de profil sportiv prin consulting”. Sport. Olimpism. Sănătate: Congres Științific Internațional: Culegere de rezumate, Ed. a 2-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău, USEFS, 2017. 144 p. ISBN 978-9975-131-51-3. 37 p. 13. Isac P. (coordonatori): Studiul muncii - vol.I-VIII. Editura tehnică. București, 1971 -1973. 14. Kaufmann A.; Labordere H.A.: Metode și modele ale cercetării operaționale, vol. I-III, (traducere din limba franceză). Editura științifică și enciclopedică, București, 1967-1975. 15. Kubr Milan (editor): traducere adnotată și comentată de George Peșoianu./ 	

	<p>Asociația consultanților Managementului din România. București, 1992..</p> <p>16. Liliana Budevici-Puiu, Iurie Carp, Anna Frant, Consultanța managerială în sport: (curs universitar), Ch. : Valinex SA, 2009. – 203 p.</p> <p>17. Manolachi Veaceslav, Budevici - Puiu Liliana: Educația morală și profesională - factori elocvenți în automanagementul carierei, Valinex, 2007.</p> <p>18. Oprea N.; Pleșoianu G.: Analiza diagnostic a unităților economice. Editura</p> <p>19. Oprea M.; Sîrghi S. ș.a.: Analiza organizării și conduceri întreprinderilor din industria de prelucrare a lemnului. Editura Carss. București, 1984.</p> <p>20. Petrescu I.: Psihosociologie eficienței economice. Editura Academ_e Române, București, 1991.</p> <p>21. Popescu A.: Teorie și practică în analiza sistemelor de conducere (voi. I și II). Editura Scrisul Românesc, Craiova, 1978.</p> <p>22. Radke M.: 222 măsuri practice de reducere a costurilor (traducere din limba germană). Editura tehnică, București, 1974.</p> <p>23. Russu C.: Management - concepte, metode și tehnici. Editura Expert, București, 1992.</p> <p>24. Russu C.: Management. Editura Siti, București. 1991.</p> <p>25. Никифорова Г.С., Психология менеджмента, 2-е издание, ПИТЕР, 2004.</p> <p>26. Ременников В.б., Рабочая программа учебной дисциплины Управленческий консалтинг, Москва 2015.</p> <p>27. Сидорина Т. В. Основы управленческого консультирования : Учебное пособие / Т. В. Сидорина, Новосибирск: изд-во СибАГС, 2014. – с</p> <p>28. Маринко Г.И. Управленческий консалтинг: учебное пособие для вузов. Учебники факультета государственного управления МГУ им. М.В. Ломоносова- М.: Инфра-М, 2010.</p>
--	---

Data completării: 01.09.2021

Cireș Victoria



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Etica și deontologia profesională					
Titularul cursului		Usaci Doina, dr. în filologie, conf. univ. Putin Natalia, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A. 39	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul de „Etica și deontologia profesională,, reprezintă o tentativă de a îmbunătăți pregătirea specialiștilor, din punctul de vedere al eticii, precum și de a ajuta studenții în procesul de studiere, în conformitate cu experiența acumulată la predarea acestui curs. Fiecare profesie are sau poate avea etica sa particulară. Aceste etici au, însă, multe principii și norme comune. Un curs de Etica profesională are menirea să releve asemănările și diferențele, să dea posibilitatea să se vadă cum ar trebui să se desfășoare relația client-profesionist în alte domenii de interes public mai larg.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității 1000.1 Antrenament sportiv lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p>						

	<p>Disciplina de studii „Etica și deontologia profesională„ este parte componentă a științelor pedagogice prevăzute în planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din Domeniul general de studiu <i>100 Științe ale sportului</i>, Specialitatea <i>1000.1 Antrenamentului sportiv</i> la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivul principal al cursului „Etica și deontologia profesională„ constă în familiarizarea studenților cu principiile și normele de bază ale codului de etică atât la nivel profesional, cât și la nivelul comportamentului cotidian. Cursul se axează pe dezvoltarea abilităților de aplicare a principiilor și regulilor care trebuie să guverneze activitatea profesională, inclusiv o conduită corectă în societate. Motivația și scopul cursului „Etica și deontologia profesională„ constă în a pregăti studenții pentru viața profesională și a-i ajuta să-și însușească un comportament care să-i ajute să-și exercite excelent rolul profesional și să obțină succesul. Din acest motiv, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și aplicativ în activitatea comună a cadrelor didactice și studenților, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei din nou și autoreglării.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul etic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat;

- să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.
- La nivel de integrare:**
- să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale;
 - să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu.
 - să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională;
 - să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale.
 - să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ;
 - să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională;
 - să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.;
 - să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul, funcțiile și problematica eticii	6	2	1	3
	2	Morala și etica profesională	6	2	1	3
	3	Particularitățile și sistemul de autoreglare a comportamentului etic	6	2	1	3
	4	Categoriile eticii profesionale	6	2	1	3
	5	Comunicarea profesională și aspectele ei	6	2	1	3
	6	Mijloacele de comunicare verbală în sfera profesională.	6	2	1	3
	7	Etica în soluționarea conflictelor	6	2	1	3
	8	Colectivul de muncă	6	2	1	3
	9	Etica și cultura organizațională	6	2	1	3
	10	Cultura exteriorului	6	2	1	3
	11	Stresul și acțiunile lui în activitatea profesională	6	2	1	3
	12	Eticheta profesională. Codul bunelor maniere	6	2	1	3
	13	Etica conducerii	6	2	1	3
	14	Codurile deontologice: aspecte conceptuale.	6	2	1	3
	15	Etica sportivului. Codul deontologic al sportivului	6	2	1	3
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;					

	<p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i> <i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Capcelea V., Etica, Editura Arc, Chișinău, 2003. 2. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili, București, Editura Curtea Veche Publishing, 2007. 3. Cândea R., Cândea D. Comunicarea managerială: concepție, deprinderi, strategie, Focșani, 1996. 4. Frunza S. Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, 2011. 5. Gavrilă T. Managementul general al firmei, București, 2002. 6. Hianes I., Introducere în istoria comunicării, Editura Fundația Română de Mâne, 1998 7. Joule R.V., Tratat de manipulare, Editura Antet, 1997. 8. Lungu Viorelia, Etica profesională – suport de curs, Chișinău, USM. 2011, p.192. ISBN 978-9975-71-103-6. 9. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București, Editura Humanitas, 2008. 10. Mândăcanu, Virgil. Etica pedagogică praxiologică: (Manual pentru adolescenți, studenți și pedagogi din învățământul liceal și universitar), Chișinău, 2010. ISBN: 978-9975-51-142-1. 588 p. 11. Miroiu A. Teorii ale dreptății, București, Editura Alternative, 1995. 12. Miroiu A. Etică aplicată, București, Editura Alternative, 1995. 13. Miroiu M., Miroiu A. Dreptatea și fericirea, București, Editura All, 1995. 14. Pruteanu Șt. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași, Editura Polirom, 2004. 	

Data completării: 01.09.2021

Usaci Doina

Putin Natalia



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Consilierea educațională și a carierei					
Titularul cursului		Calugher Viorica, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 06 A. 40	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.spps@usefs.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studiu <i>"Consilierea educațională și a carierei"</i> este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și răspunde unor nevoi importante ale integrării tinerilor în societatea modernă, prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> • asigurarea accesului echitabil la oferta educațională; • buna integrare socio-profesională și pe piața forței de muncă; • dezvoltarea atitudinilor și competențelor necesare pentru a face față schimbărilor viitoare pe plan personal și profesional. 						

	<p>”Consilierea educațională și a carierei” nu constituie un obiect de studiu sau o disciplină de studiu în înțelesul ei cotidian, ci ca o arie de aplicații, dezvoltări practice, experiențe și atitudini care trebuie învățate a fi exersate în viață. Învățarea în sfera orientării educaționale și profesionale trebuie să aibă sensul de a învăța pentru a ști să faci și nu a învăța pentru a ști. Universitatea trebuie să vizeze nu numai educarea și formarea unor tineri bine instruiți, ci și pregătirea de absolvenți direct angajabili și imediat productivi.</p> <p>În rezultat, Consilierea educațională și a carierei trebuie să fie influentă și activă în planul adecvării cu realitatea pieței muncii și schimbările sociale, cât în cel psihologic și al educației, devenind astfel, un continuu de intervenții, de o natură psihologică, pedagogică, socială, educativă, din domeniul legislativ, medical, financiar etc.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aplicarea noțiunilor, terminologiei și informației ce vizează profesii <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea informațiilor ce vizează profesii în sursele de specialitate și actele normative; • Corelarea noțiunilor noi despre profesii unor contexte din viața cotidiană; • Analiza specificului evoluției în timp a unor profesii; 2. Integrarea cunoștințelor achiziționate la diferite arii curriculare în scopul ghidării în carieră <ul style="list-style-type: none"> • Argumentarea relației dintre cunoștințele achiziționate în cadrul diferitor arii curriculare, prin raportare la anumite profesii; • Relevarea corelației dintre biografia unor personalități și rolul acestora în promovarea unor domenii de activitate; 3. Stabilirea unor legături dintre domeniile profesionale și literatura de specialitate, precu și actele oficiale <ul style="list-style-type: none"> • Descoperirea unor similitudini dintre literatura de specialitate, actele normative și spațiul vieții în ceea ce privește profesiile; • Justificarea rolului social al modelului etic pentru diferite profesii; • Aprecierea rolului social al fiecărei profesii, precum și a propriei experiențe de viață; 4. Relaționarea informație despre profesie și contextul social actualizat; <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea surselor de documentare în stabilirea câmpurilor lexicale ale unor profesii; • Reflectarea propriilor emoții și a experienței personale în raport cu profesiile existente. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației pentru carieră; • să caracterizeze elementele unei cariere de succes; • să-și autoevalueze capacitățile proprii și să-și determine domeniul de vocație; • să contureze profilul personalității de succes în domeniul profesional; • să argumenteze importanța educației pentru carieră pentru tineri, în particular, și societate, la general. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Nivel de pregătire: studii, competențe profesionale, abilități sociale, aspirații profesionale</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>2</p>		<p>Relația succes școlar – reușită personală și profesională: criterii de analiză a reușitei personale / profesionale</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>3</p>		<p>Modalități de dezvoltare competențelor, abilităților sociale, intereselor. Importanța lor în găsirea unui loc de muncă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
<p>4</p>		<p>Managementul carierei: obiective, principii, strategii, principii</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>

	5	Cerințele locului de muncă: fișa postului, fișa angajatului, reglementări, condiții specifice angajatorului	6	2	1	3
	6	Dinamica pieței muncii: cererea și oferta de muncă. Modul de realizare a selecției și recrutării forței de muncă	6	2	1	3
	7	Caracteristici și tendințe ale pieței muncii la nivel local, național, european	6	2	1	3
	8	Meserii uzate moral și meserii actuale. Munca la negru, economia informală, munca în străinătate, angajarea cu carte de muncă – beneficii și consecințe	6	2	1	3
	9	Integrarea europeană și efectele asupra mobilității forței de muncă, cererii și ofertei pe piața muncii	6	2	1	3
	10	Dimensiunea de gen în planificarea carierei. Stereotipurile de gen ca bariere în opțiunile de carieră	6	2	1	3
	11	Documente formale privind angajarea: contractul de muncă, fișa postului	6	2	1	3
	12	Formare și re-conversie profesională în condițiile pierderii locului de muncă	6	2	1	3
	13	Portofoliu personal: rezultate la testări, premii, diplome, certificate, Curriculum Vitae (CV), autoevaluare, produse reprezentative pentru locul de muncă, recomandări	6	2	1	3
	14	Surse și oportunități de formare: centre de formare profesională, programe de formare continuă la locul de muncă, programe de scurtă durată, cursuri serale, consultanță de specialitate, învățământ la distanță / frecvență redusă, conferințe, studiu individual, învățare continuă, voluntariat	6	2	1	3
	15	Evaluarea carierei: autoevaluări ale carierei pe baza profilurilor ocupaționale, a evoluției calificărilor la nivel național și european, consultarea unor persoane specializate (psihologi, consilieri ai carierei profesionale), consultarea unor agenții de recrutare de personal	6	2	1	3
	Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <p>elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic;</p> <p>organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese legate de orientarea educațională și în carieră;</p>					

	<p>elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică;</p> <p>organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de cariera profesională;</p> <p>elaborarea și publicarea unor articole care țin de cariera profesională și angajarea pe piața muncii;</p> <p>organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul orientării profesionale a tinerilor;</p> <p>participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;</p> <p>elaborarea proiectului de carieră.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Consiliere educațională și a carierei</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluarea inițială, care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • Evaluarea formativă, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • Evaluarea rezumativă sau cumulativă, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Culturologie</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Băban A. Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, 2009. 2. Bocoș M., Instruire interactivă, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca, 2002. 3. Calugher V., Dorgan V., Lungu E. Strengthening the Partnership between the University and Graduates: realities and Challenges. In: 3-rd Central and Eastern European LUMEN International Scientific Conference: New Approaches in Social and Humanistic Sciences, 8-9 June, 2017 Chisinau, p.103-104. 4. Calugher V. Rolul autocunoașterii în educația pentru carieră a studenților. În: "SPORT. OLIMPISM. SANATATE". Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a II-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău. p.21. ISBN 978-9975-131-51-3. 5. Calugher V., Popescu V. Social partnership in education for the students career: realities and trends. In: The Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Physical Education and Sport Management. Fascicle XV. Vol. 1, 2017, p. 31-34. ISSN-L 1454- 	

9832 ISSN 2344-4584 (B+ category).

6. Calugher V. Monitorizarea inserției profesionale în câmpul muncii a absolvenților – instrument de management al calității procesului. In: Sport. Olympism. Health. IIIrd Edition | Chisinau, Moldova | 13-15 September, 2018.
7. Calugher V., Branîște Gh., Branîște T., Dorgan V. The modernization of higher education of physical culture from the Republic of Moldova in the context of the knowledge based society. In: The challenges of communication. Contexts and strategies in the world of globalism. Section: Communication, Education Sciences, Psychology and Sociology, Arhipelag XXI Press/2018, ISBN: 978-606-8624-00-6, pag.19-24.
8. Calugher Viorica, Gheorghe Branîște, Ecaterina Lungu. The Adaptation Of Physical Culture Higher Education Offer To The Labour Market. In: ICPEK 2018, International Congress of Physical Education, Sports and Kinetotherapy. Education and Sports Science in the 21st Century, Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceedings of Social @ Behavioural Sciences, ISSN: 2357-1330.
9. Cartaleanu T., Cosovan O., Goraș-Postică, V., Lisenco S., Scifos L. Formarea competențelor prin strategii didactice interactive, Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008.
10. Consilierea și orientarea în carieră – ghid pentru studenți și absolvenți. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, 2008.
11. Cristea G., Managementul lecției. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
12. Cucuș C., Pedagogie, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Polirom, Iași, 2006.
13. Dalat Y. Ghidul reușitei tale profesionale, Editura Polirom, Iași, 2003.
14. Dandara O. Ghidarea și proiectarea carierei în contextul educației permanente. Chișinău: CEP USM, 2012.
15. Dandara O., Mija V. Proiectarea carierei și ghidarea în carieră: Suport metodologic pentru elevii și cadrele didactice din învățământul secundar vocațional-tehnic. CEP USM, Chișinău, 2014.
16. Jigău M. Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici. Editura SIGMA, București, 2007.
17. Gheorghe A., Mățan I., Maftai M. Dirigenția și consilierea. Ghid metodologic. Editura Alexandru Gheorghe, Craiova, 2004.
19. Goleman D. Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2001.
20. Colwell P. Cheia succesului, Editura Polirom, Iași, 2003.
21. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: ghidul profesorului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
22. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: manualul elevului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
23. Guțu Vl. (coord.), Educația centrată pe cel ce învață. Ghid metodologic, CEP USM, Chișinău, 2009.
24. Guțu Vl. (coord.), Psihopedagogia centrată pe copil, CEP USM, Chișinău, 2008.
26. Ionescu M., Radu I. Didactica modernă, Cluj-Napoca, Editura Dacia, 2001.
28. Lemeni G., Axente, A. Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele IX-XII/SAM, 2004.
29. Lemeni G., Miclea, M. Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră, 2010.
30. Minder M., Didactica funcțională. Obiective, strategii, evaluare, Ed. Cartier, București, 2003.
31. Măgurianu L. A., Azoitei, N. D. Un ghid mic pentru o carieră mare. ediția a II-a revizuită, Asociația Alternative Sociale, Iași, 2006.
32. Nicu A. Strategii de formare a gândirii critice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Filosofia și logica domeniului de formare profesională					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa, dr. în filosofie, conf. univ. Nicolai Ciuc Natalia, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.41	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@usefs.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	

<p>Nota de prezentare</p>	<p>Cursul „Filosofia și logica domeniului de formare profesională„ are menirea de a veni în ajutor studenților specialității Antrenament sportiv, doctoranzilor, profesorilor și tuturor celor care se interesează de problematica culturologiei. Disciplina face parte din componenta de orientare socioumanistică din planul de învățământ, care are ca scop formarea unui orizont larg de cultură filozofică, politologică, sociologică, psihologică și economică, care i-ar permite viitorului specialist să-și asume responsabilități într-o societate liberă și să se adapteze operativ și eficient la modificările din societate. La USEFS, disciplina „Filosofia și logica domeniului de formare profesională„ urmează să fie predată ca o știință de sinteză, umanistă prin excelență, având în centrul ei omul și activitatea umană, care trebuie să îmbogățească viața și cunoașterea fiecărui student, dezvoltându-i înțelegerea sensului și devenirii culturii. Instruirea culturologică are misiunea să pregătească tinerii pentru a se orienta mai ușor în lumea contemporană, care constituie rezultatul dezvoltării istorice a mai multor culturi și civilizații umane. Totodată, aceasta va contribui la înțelegerea mai bună și stabilirea contactelor dintre reprezentanții diferitor culturi și civilizații contemporane, și în rezultat să aprecieze originalitatea și valoarea diferitor culturi, să se orienteze în mediul cultural al societății contemporane, să fie apt de a participa în dialogul culturilor. Cursul conține trei compartimente ce corespund standartelor internaționale: elemente de filozofie a culturii, istoria culturii universale, istoria culturii naționale. Compartimentul privind filosofia culturii are ca obiect de studiu procesul creației umane și rezultatul specific al acestui proces – fenomenul cultural – în multidimensionalitatea sa, precum și interrelațiile acestuia cu celelalte componente ale socialului. Sunt reflectate legile genezei și dezvoltării culturii, definiția generală, structurală și funcțională a fenomenului cultural; definiția, structura și funcționarea valorilor, clasificarea acestora; raportul dintre cultură și civilizație; funcțiile modelatoare ale culturii; statutul de om cult, raportul dintre național și universal în cultură etc. Partea privind istoria culturii universale se bazează pe studierea culturilor în corespundere cu nivelurile de dezvoltare a înțelepciunii umane. Se studiază culturile de la origine și până la declin, sau până în zilele noastre. Selecția noastră s-a oprit asupra acelor care în decursul existenței lor și-au desfășurat, pe multiple planuri, toate posibilitățile creatoare, care și-au constituit un profil de o marcată originalitate, care ajungând astfel să se impună ca organisme viguroase, mature, complete, devenind adevărate modele pentru unele popoare din jur și au contribuit substanțial la îmbogățirea patrimoniului de valori al omenirii. Fiecare capitol dedicat unei anumite culturi are drept scop să releve contribuția sa efectivă și locul pe care îl ocupă astfel în istoria umanității. Compartimentul care include istoria culturii naționale îi familiarizează pe studenți cu originea, dezvoltarea de-a lungul, etapelor istorice, interacțiunea cu alte culturi, specificul și originalitatea, tendințele principale ale culturii naționale și cu modalitatea încadrării ei în cultura universală. Modalitatea de abordare a temelor o constituie expunerea în sinteză a culturologiei contemporane, la o anumită problemă de filozofie a culturii sau, în cazul istoriei culturii, făcând apel la cercetătorii reprezentativi atât din domeniul istoric, precum și al filozofiei, eticii, esteticii, științei sau al istoriei artei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc.

	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student. 																																																				
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etica profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul filosofiei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de filosofie profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul filosofiei profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 																																																				
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>Seminar</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Obiectul de studiu și problematica Filosofiei</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Filosofia medievală</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Filosofia epocii Renașterii</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Filosofia Modernă</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Filosofia Contemporană: orientări și</td> <td>6</td> <td>2</td> <td>1</td> <td>3</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	6	2	1	3	2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	6	2	1	3	3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	6	2	1	3	4	Filosofia medievală	6	2	1	3	5	Filosofia epocii Renașterii	6	2	1	3	6	Filosofia Modernă	6	2	1	3	7	Filosofia Contemporană: orientări și	6	2	1	3
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																	
		Total	Curs	Seminar	LI																																																
1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	6	2	1	3																																																
2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	6	2	1	3																																																
3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	6	2	1	3																																																
4	Filosofia medievală	6	2	1	3																																																
5	Filosofia epocii Renașterii	6	2	1	3																																																
6	Filosofia Modernă	6	2	1	3																																																
7	Filosofia Contemporană: orientări și	6	2	1	3																																																

	stiluri de gândire				
8	Gîndirea filosofică națională.	6	2	1	3
9	Concepte fundamentale aleontologiei.Ontologia umanului	6	2	1	3
10	Determinismul,principiile devenirii.	6	2	1	3
11	Gnoseologia și Epistemologia.	6	2	1	3
12	Antropologia.	6	2	1	3
13	Axiologia	6	2	1	3
14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3
Total :		90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă;Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%	
	Nota pentru evaluarea finală			40%	
	Nota evaluarea curentă			20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%	
	Nota lucrul individual			20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antologia de filosofie românească, voi. I București, Minerva, 1986. 2. Anton I. Adămuț, Filosofia Sfintului Augustin, editura Polirom 2001 3. Aristotel, Statul, editura Antet, București 2003 4. Aristotel, Politica, editura Antet, București 2003 5. Boboc A., Mihai N., Filosofia contemporană. Principalele orientări și stiluri de gândire, Chișinău, 1993. 				

	<ol style="list-style-type: none"> 6. Capcelea V., Filosofie, ed. a 3-a, revăzută și adăugită, Chișinău, Arc, 2002 7. Cazan Gh., Istoria filosofiei românești, București, Ediția Didactică și pedagogică, 1984 8. Kant Im. Critica Rațiunii Pure. București, Polirom 2007. 9. Didier L, Dicționar de filosofie. București, ed. Univers Enciclopedie, 1996. 10. Filosofia contemporană, București, Caramond, 1999. 11. Filosofia neokantiană în texte, București 1993 12. Flora L, Filosofie, București, ed. Fundației "România de mâne", 1999. 13. Florian M., Filosofie generală, București, Caramond, 1995. 14. Georgescu D., Lăcătuș M., Mari filosofi ai lumii, București, ed. Didactică și Pedagogică, 1995 15. Istoria filosofiei. sub. red. lui M. Bulgaru, vol. I, II, Chișinău, 1999 16. Lecții de filosofie, București, Humanitas, 1990. 17. Nietzsche F., Amurgul idolilor, Cluj-Napoca, 1990 18. Mirioan M., Filosofie, București, ed. didactică și pedagogică, 1993 19. Vasilie Muscă, Introducere în Filosofia lui Platon, editura Polirom, 2002 20. Schopenhauer A., Lumea ca voință și reprezentare, Iași, 1995 V.1, V.2, V.3 21. Schopenhauer A., Viața. Amorul. Moartea. București, 1992
--	--

Data completării: 01.09.2021

Nicolaiciuc Natalia

Samoteeva Raisa



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Istoria mentalităților colective					
Titularul cursului		Leșcu Artur, dr. în istorie, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A. 42	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orietare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@ gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cele mai recente perspective din domeniul discursului istoric (la nouvelle histoire - istoria nouă) se referă la promovarea unei imagini novatoare și globale asupra trecutului, având în vedere modul (sau mai degrabă modurile), manierele în care oamenii societăților trecute văd, percep și își imaginează <u>cosmosul</u>, lumea care-i înconjoară, cum se văd pe ei înșiși, cum îi văd pe ceilalți, precum și sistemele de valori în funcție de care își modelează <u>atitudini</u>, <u>comportamente</u>, <u>reacții</u> unii față de ceilalți și față de provocările mediului natural, social sau politic. Într-un cuvânt, paradigma mentală specifică unui anumit timp istoric. Istoria mentalităților a inaugurat o perspectivă dinamică asupra trecutului, încercând să evite capcanele unui <u>determinism</u> rigid, care merge direct de la cauză la efect. Spiritul pluridisciplinar prin care se caracterizează noua viziune istorică (<u>psihologie socială</u>, <u>geografie umană</u>, <u>demografie istorică</u>, <u>lexicologie</u>, <u>semantică</u>, etc.) este unul dintre principalele atribute ale noului tip de discurs. În centrul investigației este așezat nu un om <u>abstract</u> și <u>universal</u>, ci o <u>ființă concretă</u> din punct de vedere istoric, așezat în mijlocul lumii sale și nu rupt de aceasta. Atenția așteaptă acordată oamenilor cu toate trăirile, emoțiile, pasiunile, crizele și reveriile lor, uneori raționali, dar cel mai</p>						

	<p>adesea instinctivi, și nu indivizilor care se reduc la o simplă proiecție socială a unei imagini mascate, fie voit, fie accidental.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p style="text-align: center;">Presupun un bogat sistem de cunoștințe despre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • geneza istoriei mentalităților colective; • personalitățile care au contribuit la instituționalizarea istoriei mentalităților colective; • funcțiile istoriei mentalităților colective; • etapele de constituire a istoriei mentalităților colective; • rolul și locul istoriei mentalităților colective în structura științelor socioumane; • concepțiile istoriei mentalităților colective. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • deprinderi de înțelegere a fenomenului social; • capacitate de a explica rolul, și funcționarea instituțiilor sociale; • putere de convingere; • spirit analitic față de procesele care au loc în viața socială și în viața prin prisma istorică; • accesibilitate, simplitate în prezentarea informațiilor și interpretarea fenomenelor; • gândire și imaginație despre procesele globalizării, relațiilor internaționale. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze causalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul istoriei mentalităților colective; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze esența istoriei mentalităților colective; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Istoria și aspirațiile descoperirii umanului	6	2	1	3
2	Mentalitățile, un domeniu la frontiera dintre științe	6	2	1	3	

	3	Repere ale unei istorii a religiei populare și a sentimentului religios. Religia prescrișă și religia populară. Sensibilitatea religioasă	6	2	1	3
	4	Istoria atitudinilor în fața morții	6	2	1	3
	5	Sentimentul de frică, insecuritate, dar și de securitate	6	2	1	3
	6	Avatarurile imaginarului de-a lungul istoriei	6	2	1	3
	7	Filosofia contemporană: orientări și stiluri de gândire	6	2	1	3
	8	Descoperirea imaginarului colectiv	6	2	1	3
	9	Imaginar și mentalități	6	2	1	3
	10	Funcțiile imaginarului colectiv	6	2	1	3
	11	Utilajul imaginarului: reprezentări, arhetipuri, simboluri, scheme	6	2	1	3
	12	Viziunea despre lume	6	2	1	3
	13	Domeniile imaginarului social. Miturile. Utopiile	6	2	1	3
	14	Utopiile și Istoria	6	2	1	3
	15	Omul nou și Regenerarea	6	2	1	3
	Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaic), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea/prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează două lucrări de control (testări).</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrișă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	

	Nota lucrul individual	20%
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Philippe Ariès, Omul în fața morții, Buc., Meridiane, 1998. 2. Lucian Boia, Pentru o istorie a imaginarului, Buc., Humanitas, 2000. 3. Idem, Istorie și mit în conștiința românească, Humanitas, 1997. 4. Idem, Sfârșitul lumii. O istorie fără sfârșit, Buc., Humanitas, 1999. 5. Idem, Mitul longevității. Cum să trăim 200 de ani, Humanitas, 1999. 6. Idem (coord), Mitologia științifică a comunismului, Buc., Humanitas, 1999. 7. Jurgis, Baltrusaitis, Evul Mediu fantastic, Buc., Ed. Meridiane, 1975. 8. Marc Bloch, Regii thaumaturgi, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 1996. 9. Fernand Braudel, Structurile cotidianului: posibilul și imposibilul, vol. I, trad. A. Riza, Buc., Editura Meridiane, 1984. 10. Ernst Cassirer, Mitul Statului, Iași, Institutul European, 2001. 11. Michel de Certeau, Fabula mistică. Secolele XVI-XVII, trad. M. Jeanrenaud, Iași, Polirom, 1996. 12. Roger Chartier, Lecturi și cititori în Franța Vechiului Regim, Buc., Meridiane, 1997. 13. R. Chartier, Originile culturale ale Revoluției franceze, (trad. din lb.fr.), Timișoara, SEDONA, 1998. 14. Pierre Chaunu, Civilizația Europei în secolul Luminilor, Buc., Ed. Meridiane, 1986. 15. Emil Cioran, Istorie și Utopie, București, Humanitas, 1992. 16. Jean Delumeau, Naissance et affirmation de la Réforme, Paris, PUF, 1965. 17. J. Delumeau, Le catholicisme entre Luther et Voltaire, Paris, PUF, 1971. 18. J. Delumeau, Frica în Occident (secolele XIV-XVIII). O cetate asediată, trad. M. Moraru, vol I-II, Buc., Ed. Meridiane, 1986. 19. J. Delumeau, Mărturisirea și iertarea. Dificultățile confesiunii. Secolele XIII-XVIII, trad. I. Ilinca, Iași, Polirom, 1998. 20. Catherine Durandin, Discurs politic și modernizare în România, Cluj, PUC, 2001, p. 34-45 (Cel mai bun subiect al istoriei românești: țăranul...) 21. Alexandru Duțu, Histoire de la pensée et des mentalités politiques européennes, București, Ed. Universității, 1997. 22. M. Eliade, Aspecte ale mitului, Buc., Ed. Univers, 1978. 23. François Furet, Reflecții asupra Revoluției franceze, Buc., Humanitas, 1992. 24. Raoul Girardet, Mythes et mythologies politiques, Éd. du Seuil, 1986; 25. Mituri și mitologii politice, Iași, Institutul European, 1997. 26. Jacques Le Goff, Imaginarul medieval, Buc., Ed. Meridiane, 1991. 27. L. Le Goff, Negustorii și bancherii în Evul Mediu, trad. N. Ghimpețeanu, Buc., Ed. Meridiane, 1994. 28. J. Le Goff, Nașterea Purgatoriului, trad. M. Carpov, Buc, Ed. Meridiane, 1995, vol. I-II. 29. J. Le Goff, Banii și Viața, trad. E. Stănescu, Buc., Ed. Erasmus, 1993. 30. Paul Hazard, Criza conștiinței europene, Buc., Ed. Univers, 1973. 31. P. Hazard, Gândirea europeană în secolul al XVIII-lea, București, Editura Univers, 1981. 32. Johan Huizinga, Amurgul Evului Mediu, trad. H.R. Radian, Buc., Ed. Meridiane, 1993. 33. La Nouvelle Histoire, Paris, Éd. Complexes, 1988. 34. Mituri istorice românești, (coord. L. Boia), București, Editura Universității, 1995. 35. Massimo Montanari, Foamea și abundența. O istorie a alimentației în Europa, trad. D. Cernica, E. Caraboi, Iași, Polirom, 2003. 36. Robert Muchembled, L'Invention de l'homme moderne. Culture et sensibilités en France du XVe au XVIIIe siècle, Paris, Librairie Arthème Fayard, 1988. 37. Robert Muchembled, O istorie a Diavolului. Civilizația occidentală în secolele XII-XX, Ed. Cartier, 2002. 	

38. S. Nicoară, *Mitologiile Revoluției pașoptiste românești. Istorie și imaginar*, Cluj-Napoca, P.U.C., 1999.
39. Idem, *Istorie și imaginar. Eseuri de antropologie istorică*, Cluj-Napoca, P.U.C., 2001.
40. S.Nicoară, T.Nicoară, *Mentalități colective și imaginar social. Istoria și noile paradigme ale cunoașterii*, Cluj-Napoca, Presa Univ.Clujeană/Mesagerul, 1996.
41. T.Nicoară, *Introducere în istoria mentalităților colective*, Cluj-Napoca, 1995.
42. Idem, *Clio în orizontul mileniului trei*, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2002.
43. *Omul bizantin*, coord. Guglielmo Cavallo Iași, Polirom, 2000.
44. *Omul romantic*, coord. François Furet, Iași, Polirom, 2000.
45. *Omul secolului al XIX-lea*, coord Ute Frevert, H.-G Haupt Iași, Polirom, 2002.
46. Mona Ozouf, *La fête révolutionnaire 1789-1799*, Paris, Gallimard, 1976.
47. Al. Fl.Platon, *Societate și mentalități în Europa medievală*, Iași, Ed. Univ. Al.I.Cuza, 2000.
48. Marius Rotar, *Moartea în Transilvania în secolul al XIX-lea*, vol. I, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2006.
49. Jean-Paul Roux, *Regele. Míturi și simboluri*, Buc., Meridiane, 1998.
50. M.Segré, *Míturi, rituri și simboluri în societatea contemporană*, Tim. Amarcord, 2000.
51. Jean- Claude Schmitt, *Rațiunea gesturilor în Occidentul medieval*, trad. D. Marian, pref. Al. Duțu, Buc., Editura Meridiane, 1998.
52. Michel Senellart, *Artele guvernării. De la conceptul de "regimen" medieval la cel de guvernare*, trad. S.Oprescu, Buc., Ed. Meridiane, 1998.
53. Barbu Ștefănescu, *Sociabilitate rurală. Violență și ritual*, Oradea, Editura universității din Oradea, 2004.
54. Elena Tacciu, *Mitologie romantică*, București, Cartea Românească, 1973.
55. Jean-Jacques Wunenburger, *Sacrul*, trad. M. Căluț, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2002.
56. Max Weber, *L'ethique protestante et l'esprit du capitalisme*, trad. J. Chavy, Paris, Plon, 1964.(trad. *Etica protestantă și spiritul capitalismului*, Buc., Humanitas, 1993).
57. J.-J.Wunenburger, *Utopia sau criza imaginarului*, trad. T. Ionescu, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2001.
58. J.-J. Wunenburger, *L'Imaginaire, "Que sais-je?"* Paris, PUF, 2003

Data completării: 01.09.2021

Leșcu Artur



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Teoria și metodică educației fizice					
Titularul cursului		Triboi Vasile, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 O. 43	Anul	III	Semestrul	2
Nr. credite	2	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			60
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Bazele TCF	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btfc@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		60	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Teoria și metodică educației fizice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <ul style="list-style-type: none">• Obiectivele specifice, care au un grad de generalitate, fiind orientate spre:<ul style="list-style-type: none">- formarea la studenți unui sistem integrativ de cunoștințe teoretice, priceperi și deprinderi speciale necesare viitorilor specialiști în domeniul educației fizice sub aspect organizatoric, constructiv, comunicativ, gnostic și motric;- formarea măiestriei profesional – pedagogice a specialistului contemporan în baza sistemului curricular de predare – învățare – evaluare cu orientare la modelul școlii superioare în perspectivă;- formarea unor cunoștințe metodologice speciale cu privire la organizarea și desfășurarea activităților de educație fizice la nivelul învățământului preuniversitar,						

	<p>universitar și alte contingente de populație, priceperilor și deprinderilor de cercetare științifică în cadrul procesului instructiv – educativ și practicii pedagogice.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele de referință, care spre deosebire de cele cadru (generale) sunt elaborate pentru fiecare temă în parte. ✚ Acestea precizează rezultatele așteptate de la studenți în procesul de instruire, urmărind progrese în achiziții de cunoștințe și capacități de la o temă la alta, pe baza respectării principiilor metodice de instruire. ✚ De modul în care se realizează aceste obiective depind finalitățile și standardele de performanță finale ale programei în vigoare. ✚ Prin realizarea obiectivelor curriculare se dezvoltă un nou ciclu de competențe, deprinderi și abilități care se întemeiază pe achizițiile competențelor-cheie dobândite.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Competențele specifice specialistului din domeniul culturii fizice cu specializarea Metodica educației fizice pe care trebuie să le dovedească în procesul de predare-învățare-evaluare și care vor fi dezvoltate pe tot parcursul activității profesionale, sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizarea conținuturilor științifice ale disciplinei Teoria și metodică educației fizice; • Utilizarea și interpretarea informației provenite din teoria și metodică disciplinei; • Utilizarea adecvată a terminologiei și conceptelor din domeniul teoriei și metodicii educației fizice; • Înțelegerea principiilor specifice teoriei educației fizice; • Formarea unor concepte și valori fundamentale privind efortul fizic și influența anatomo-fiziologică a acestuia asupra organismului uman. • Dezvoltarea calităților motrice de bază, funcționale, aplicative, volitive și estetice prin intermediul practicării sistematice a unor probe de sport; • Construirea unor demersuri didactice interactive prin adecvarea strategiilor la conținuturi; • Utilizarea competență a documentelor reglatoare ce asigură organizarea diferitor forme de competiții în cadrul unor activități curriculare și extra curriculare; • Proiectarea conținuturilor instruirii, organizarea corespunzătoare a activităților didactice și realizarea evaluării competențelor dobândite de elevi; • Adecvarea demersurilor didactice la particularitățile de vârstă, sex, și nivel de pregătire ale diferitor contingente de subiecți la condițiile materiale; • Construirea unui climat educativ interactiv, de cooperare, stimulat, cu scopul creșterii eficienței rezultatelor activităților didactice; • Înțelegerea aspectelor de ordin legislativ ale activității sale, drepturile legale ale elevilor și părinților, propriile sale drepturi și responsabilități; • Cunoașterea criteriilor de evaluare a activității sale și integrarea acestora în conceperea și realizarea activității didactice. • Formarea calităților de personalitate, a comportamentului civilizat, a deprinderilor comunicative și de interacțiune socială. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențele-cheie stipulate în curriculum răspund concepției dezvoltării sistemului de învățământ obligatoriu la nivel național și internațional. Asigură studenților cunoștințe, capacități și atitudini cuprinse în standardele europene. Ariile curriculare cuprinse în planul-cadru de învățământ cuprinde domenii de competențe-cheie stabilite la nivel european, respectiv: <ul style="list-style-type: none"> • 1. Competențe de predare-învățare-evaluare. • 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat și de comunicare într-o limbă străină. • 3. Competențe de bază în educație fizică și sport. • 4. Competențe acțional-strategice de aplicare a tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) în domeniul culturii fizice. • 5. Competențe interpersonale, civile, morale . • 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare. • 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) specifice

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>fenomenului culturii fizice.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze causalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul istoriei mentalităților colective; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze esența istoriei mentalităților colective; <p>să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății.</p>					
	<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>		
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>		<p>Definiția educației fizice. Funcțiile educației fizice.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>2</p>		<p>Scopul și obiectivele educației fizice. Contribuția educației fizice la îndeplinirea obiectivelor educației generale</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>3</p>		<p>Definiția și funcțiile metodelor didactice. Clasificarea metodelor didactice. Metodele de predare.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>4</p>		<p>Metodele verbale. Metodele intuitive (nonverbale). Metodele de învățare. Exersarea. Problematizarea. Metoda studiului individual.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>5</p>		<p>Metode de proiectare ce ajută predarea - învățarea. Modelarea. Instruirea programată. Algoritmizarea. Metode de evaluare a procesului instructiv educativ.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>6</p>		<p>Metodele de refacere a capacității de efort. Metodele de corectare a greșelilor de execuție. Metodele de asigurare și sprijin.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
<p>7</p>	<p>Conceptul de predare. Stilurile de predare. Comunicarea în educație fizică. Ascultarea în educație fizică. Trăsăturile și aptitudinile profesorului de educație fizică. Dinamica procesului de predare în educație fizică. Planificarea conținuturilor de predare a</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	

	lecțiilor.				
8	Organizarea predării. Conducerea lecției. Evaluarea lecției. Reglarea celor patru operații ale procesului de predare – învățare	4	2	2	4
9	Conceptul de învățare. Tipurile de învățare. Stilurile de învățare motrică. Etapele învățării motrice. Informarea și formarea-unitatea învățării.	4	2	2	4
10	Învățarea proces și produs în funcție de diverși factori. Învățarea motrică în educația fizică. Rolul memoriei în învățarea motrică.	4	2	2	4
11	Metodele de evaluare și verificare. Metodele de evaluare tradiționale. Metodele de evaluare complementare.	4	2	2	4
12	Criteriile de evaluare a rezultatelor școlare. Operațiile evaluării.	4	2	2	4
13	Greșelile evaluării școlare și factorii perturbatori în evaluarea didactică.	4	2	2	4
14	Clasificarea mijloacelor folosite în desfășurarea activității de educație fizică.	4	2	2	4
15	Mijloacele didactice specifice educației fizice. Exercițiul fizic. Mijloacele ajutoare educației fizice. Mijloacele didactice nespecifice educației fizice.	4	2	2	4
Total :		60	30	30	60
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme</p>				

	<p>cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dragnea, A. Teoria educației fizice și sportului. București Editura Cartea Școlii, 2000, 241 p. 2. Rață, G. Didactica educației fizice și sportului. Bacău: Alma Mater, 2004. 3. Șiclovan, I. Teoria educației fizice și sportului. București, Editura Stadion, 1972. 4. Triboi, V. Teoria și metodică educației fizice. Curs universitar. Chișinău: USEFS, 2020. – 192 p. ISBN 978-9975-131-86-5. 5. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. I том. К.: Олимпийская литература, 2003, 424 с. 6. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. II том. К.: Олимпийская литература, 2003, 392 с. 7. Курамшин Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник. М.: Советский спорт, 2003, 464 с. 8. Матвеев Л.П. Теория и методика физического воспитания. (в 2-х т.). М., Физкультура и Спорт», 1976. 9. Чермит М.М. Теория и методика физической культуры: опорные схемы [Текст] : учебное пособие. М.: Советский спорт, 2005, 272 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Triboi Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumireacursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă - I ASPSA-I (jocurile sportive)					
Titularul cursului		Tăbîrța Vasile, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Sîrghi Serghei, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Mocrousov Elena dr. hab. în științe ale educației, conf. univ. Conohova Tatiana, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codulcursului	S 06 O.44	Anul	III	Semestrul	6
Nr.credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă - I” (jocurile sportive), este elaborată conform Planului de învățământ la specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul jocurilor sportive.</p> <p>Curriculum-ul a fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat istorie, cultură fizică, sport, bazele și teoriile metodicii de antrenament sportiv și cu specific de jocuri sportive, elemente fundamentale ale tehnicii și tacticii jocurilor sportive, principii, caracteristici, cerințe, metode, mijloace și structurări ale</p>						

	<p>antrenamentului.</p> <p>Structura cursului este elaborată ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de la Bologna.</p> <p>Cursul „Antrenamentul sportiv în ramura Sportivă Aleasă - I” (jocurile sportive), reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretico-practică, fiind introdus în curriculum-ul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculum-ul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării sportive - social - economice.</p> <p>Disciplina de studii „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă - I” (jocurile sportive) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, în cadrul facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale ASRSA-I, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul antrenamentului sportiv; • obiective cadru ale ASRSA-Ice prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea teoriei și metodicii antrenamentului sportiv; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculumul vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. 4, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor și cercurilor sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijare și coordonare a antrenamentului sportiv; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a sportivilor; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul antrenamentului sportiv; • Susținerea și promovarea organizării competițiilor sportive; • Asigurarea unui management eficient al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera sportului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv; • Aplicarea procedurilor tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile și cercurile sportive.</p>

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei sportive (fotbal, volei, handbal, rugby, tenis, tenis de masă, badminton); ▪ să caracterizeze tipurile de jocuri sportive; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor în jocurile sportive; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică jocurile sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică jocurile sportive; ▪ să analizeze și să explice pregătirea fizică și tehnico-tactică a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul competițiilor la jocurile sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura jocurilor sportive; ▪ să îmbine pregătirea fizică cu pregătirea fizică specială în procesul de pregătire; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică jocurile sportive; ▪ să respecte particularitățile jocurilor sportive. 						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>				
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>LP</p>	<p>LI</p>	
			<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>	
			<p>5</p>	<p>2</p>		<p>3</p>	
			<p>10</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>4</p>	
			<p>8</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	
			<p>16</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>10</p>	
			<p>10</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>4</p>	
			<p>20</p>	<p>2</p>	<p>8</p>	<p>10</p>	
			<p>17</p>	<p>1</p>	<p>6</p>	<p>10</p>	
			<p>Total :</p>	<p>90</p>	<p>15</p>	<p>30</p>	<p>45</p>
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce</p>						

	<p>cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Notapentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. Портнов Ю. Баскетбол. Учебник для ВУЗов ФК. М., 1997, 476 стр. Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p. Ивойлов А. Волейбол. Минск, Высшая школа, 1983, 365 с. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Alma Mater, Bacău, 2002. Motroc I., Cojocaru V. Fotbal. Curs de bază. ANEFS, București 1991. Mocrousov, E. <i>Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players</i>. In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. 	

Data completării: 01.09.2021

Conohova Tatiana

Sîrghi Serghei

Tăbîrță Vasile

Mocrousov Elena



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă - I ASPSA-I (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela, dr în pedagogie, conf. univ Grosu Vasile, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 O. 44	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs .md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15		30	45	
Nota de prezentare	<p>Sportul este un fenomen complex, care aparține vieții sociale a individului, permițându-i acestuia să își exprime întregul potențial bio-psiho-motric și să obțină satisfacții, atât în plan personal (fizic și psihic), cât și material. Este o activitate accesibilă oricărui individ, fie prin formele sale de tip loisir (sportul pentru toți), fie prin forme adaptate (sportul adaptat), fie prin activități performanțiale (sportul de performanță), în funcție de nivelul individual, aptitudinal-motric, de nevoile și motivația fiecăruia, precum și de condițiile de exersare fizică sistematică ale practicanților. În Rezoluția Parlamentului European (2 februarie 2012), privind dimensiunea europeană a sportului, la punctul „G” se menționează că „sportul are o contribuție uriașă la valorile pozitive, cum ar fi fairplay-ul, respectul și integrarea socială”</p> <p>Disciplina de studii „Antrenament Sportiv în Proba Sportivă Aleasă I” este parte a științelor prevăzute în planul de învățământ, ca componenta de orientare spre o specialitate în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Modernizarea curriculumului universitar din învățământul superior și Procesului</p>						

	<p>Bologna prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile curriculumului angajează - consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană. Acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice.</p> <p>Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă I are ca scop obținerea performanței sportive în contextul maximizării capacității motrice specifice de performanță, optimizării pregătirii motrice de bază, lucrului compensator în vederea diminuării efectelor generate de solicitările specifice și abilitării sportivului cu un set de cunoștințe și abilități psiho-relaționale și sociale care să-i permită o dezvoltare integrativă normală în societate.</p> <p>Disciplina ASPSA I constă în dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și în formarea capacității studenților de a acționa asupra acestora, în vederea valorificării lor la nivel maxim în activitatea sportivă competițională, specifică vârstei și nivelului de instruire, pe fondul menținerii permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării unei capacități motrice favorabile inserției profesionale și sociale. Disciplina ASPSA I contribuie, prin exersarea cunoștințelor, abilităților și atitudinilor pe care le dezvoltă, la pregătirea studenților în domeniile de competențe cheie, definite la nivel european.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele generale - formarea abilităților de abordare a procesului didactic al antrenamentului sportiv în sporturile de lupte și arte marțiale din perspectiva învățării centrate pe student/sportiv; • Obiectivele cadru –formarea specialiștilor prin acumularea cunoștințelor în antrenamentul sportiv specific sporturilor de lupte și arte marțiale; • Obiectivele de referință – la finele studierii discipline ASPSA I, studenții vor fi capabili să elaboreze proiecte didactice și să desfășoare lecții practice de antrenamentului sportiv pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice precum și a acțiunilor tehnico-tactice în sporturile de lupte și arte marțiale. <p>Pentru realizarea obiectivelor menționate sunt propuse conținuturi didactice, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an III., sem. 6, 90 ore, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv la sporturile de lupte și arte marțiale.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • înțelegerea procesului de învățământ din perspectiva predării, învățării și a evaluării în cadrul antrenamentului sportiv la lupte și arte marțiale; • cunoașterea conținuturilor științifice și metodice ale disciplinei ASPSA I, necesare predării elevilor/sportivilor, a contextului psiho-pedagogic și didactic în care acestea pot fi selectate, prelucrate și transmise elevilor/sportivilor; • utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului de specialitate; • dezvoltarea creativității în proiectarea didactică a antrenamentului sportiv la lupte și arte marțiale; • dezvoltarea capacității de reflecție critică și constructivă în utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii.

	<p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • realizarea responsabilă și eficientă a sarcinilor aferente profesiei de cadru didactic, cu respectarea valorilor și eticii profesionale; • formarea competențelor de comunicare și cooperare eficientă în echipe profesionale interdisciplinare; • utilizarea metodelor și tehnicilor eficiente de învățare pe tot parcursul vieții, în vederea dezvoltării profesionale continue. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască scopul și sarcinile antrenamentului sportivi în proba sportivă aleasă; - să definească noțiunile care sunt des întâlnite în antrenamentul sportiv; - a distinge metodele și mijloacele antrenamentului sportivi în proba sportivă aleasă; - să cunoască rolul pregătii motrice în proba sportivă aleasă; - să cunoască metodologia dezvoltării calităților motrice de bază și specifice a antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă; - să cunoască structura și tipurile de lecții de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă; - să cunoască formele și funcțiile evaluării/testării în antrenamentul sportiv din proba sportivă aleasă. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să stabilească corect scopurile și obiectivele pentru diferite lecții de antrenament sportiv în proba sportivă aleasă; - să aplice metodele și mijloacele antrenamentului sportiv corespunzător scopurilor lecției de antrenament sportiv; - să elaboreze un plan de pregătire motrică a sportivilor din proba sportivă aleasă; - să selecteze bine exercițiile fizice pentru fiecare grupă de mușchi și calitate motrică; - să utilizeze/dozeze corect efortul fizic în dependență de vârstă și sex a elevilor / sportivilor din proba sportivă aleasă; - să selecteze corect un set de teste pentru a evalua pregătirea motrică a sportivilor care practică proba sportivă aleasă. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze un plan pentru dezvoltarea calităților motrice generale și specifice pentru elevi/sportivii în proba sportivă aleasă; - să desfășoare cercetare individuală sau în grup referitoare la pregătirea sportivilor din proba sportivă aleasă; - să rezolve studii de caz sau a situațiilor problemă cu privire la pregătirea motrică a sportivilor din proba sportivă aleasă; - să optimizeze programele pentru dezvoltarea motrică a sportivilor din proba sportivă aleasă. 					
	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>			
		<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">LP</p>	<p align="center">LI</p>	
<p align="center">1</p>	<p>Obiectul de studiu, scopul sarcinile, principiile și factorii antrenamentului sportiv modern în proba sportivă aleasă.</p>	<p align="center">7</p>	<p align="center">1</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>	
<p align="center">2</p>	<p><i>Metodele și mijloacele antrenamentului sportiv în proba sportivă aleasă.</i></p>	<p align="center">6</p>	<p align="center">1</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">3</p>	
<p align="center">3</p>	<p>Pregătirea fizică în proba sportivă aleasă.</p>	<p align="center">6</p>	<p align="center">1</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">3</p>	
<p align="center">4</p>	<p>Teoria și metodica dezvoltării forței în proba sportivă aleasă.</p>	<p align="center">11</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">5</p>	
<p align="center">5</p>	<p>Teoria și metodica dezvoltării vitezei în proba sportivă aleasă.</p>	<p align="center">11</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">5</p>	
<p align="center">6</p>	<p>Teoria și metodica dezvoltării rezistenței în proba sportivă aleasă.</p>	<p align="center">11</p>	<p align="center">2</p>	<p align="center">4</p>	<p align="center">5</p>	

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	7	Teoria și metodică dezvoltării coordonării în proba sportivă aleasă.	9	2	2	5
	8	Teoria și metodică dezvoltării flexibilității în proba sportivă aleasă.	9	2	2	5
	9	Lecția de antrenament sportiv și evaluarea în proba sportivă aleasă.	8	2	2	4
	10	Particularitățile pregătirii tehnice în proba sportivă aleasă.	4		2	2
	11	Particularitățile pregătirii tactice în proba sportivă aleasă.	4		2	2
	12	Oboseala și supra antrenamentul, metodele și mijloacele de refacere.	4		2	2
		Total:	90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei ASPSA I, în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și un <i>referat pe teme predate</i>, cu scopul de a aprecia în ce măsură obiectivele înaintate au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumară, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub formă scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Alexe N. și colab. Antrenamentul sportiv modern. București: Editis, 1993. 2. Bompa T.O. Periodizarea. Dezvoltarea calităților biomotrice. EX PONTO. Constanța, 2001. P. 256-263. 3. Bompa T. Dezvoltarea calităților biomotorice. București, 2001. 286 p.; 4. Bompa T.O. Totul despre pregătirea tinerilor campioni. București, Ponto, 2003. 267 p. 5. Bordea Constantin. Pregătirea tehnică a tinerilor judoka pe baza perfecționării funcției de echilibru: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1999. 27 p. Bosco C. și colab., Antrenamentul de rezistență, viteză, forță (traducere Sport Internazionali, Milano, 1994) – București, Sportul de performanță, nr. 258 – C.C.P.S., 1992. 110 					

	<p>6. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trînta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 1997. 21 p.</p> <p>7. Dragnea A. Antrenamentul sportiv. București: Editura Didactică și Pedagogică, 1997.</p> <p>8. Dragnea A. Teodorescu Mate., Teoria sportului. București: Editura F.E.S.T., 2002. 610 p.</p> <p>9. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică R. A, 1999.</p> <p>10. Dragnea Adrian și colab. Teoria educației fizice și Sportului, Editura Cartea Școlii. 2000.</p> <p>11. Dragnea Adrian, Bota Aura. Teoria activităților motrice. București: Didactică și Pedagogică, R.A., 1999.</p> <p>12. Drăgan I. Pregătirea biologică de concurs și refacerea în sport // Medicina sportivă aplicată. București: Editis, 1994.</p> <p>13. Drăgan I. Selecția medico-biologică în sport. București: Sport-Turism, 1990.</p> <p>14. Hantău I. Structura antrenamentului la judo. lucrare metodică. Copyright, 2000.135 p.</p> <p>15. Hantău I., Manolachi V. Pregătirea fizică a judocanelor de performanță: Manual. Chișinău: ”LYCEUM”, 2000. 200 p.</p> <p>16. Hany Abdeli Karim Jarrah. Perfecționarea pregătirii tehnico-tactice a luptătorilor de stil liber și judo în baza constituirii raționale a acțiunilor de contraatac: autoreferatul tezei de doctor. Chișinău, 2001. 23 p.</p> <p>17. Manno R. Bazele teoretice ale antrenamentului sportiv. C.C.P.S. București, 1996. P. 14-68, 135-148.</p> <p>18. Manolachi V. Structura și conținutul ciclului anual de antrenament a tinerilor luptători ținînd cont de influența deverselor eforturi și intensității asupra organismului./ Conferința științifică. Chișinău, 1999. p.234-243.</p> <p>19. Manolachi V., Moraru V. Particularitățile de structurare și verificare a pregătirii precompetiționale a luptătorilor de performanță. Lucrare metodică. Chișinău, 1999. 47 p.</p> <p>20. Manolachi V.G. Sporturi de luptă. Teorie și metodică (lupte libere, greco-romane, judo). I.N.E.F.S., Chișinău, „Tipografia Centrală. 2003. 400 p.</p> <p>21. Muraru A. Sporturi de lupte, bazele performanței. București: Editura Sport Turism, 1994.</p> <p>22. Алтер Дж. Наука о гибкости. К.: Олимпийская литература, 2001. 424 с.</p> <p>23. Бусуйок С.Л., Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ.воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).</p> <p>24. Волков Н.Н., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н. Биохимия мышечной деятельности. К.: Олимпийская литература, 2000. 504 с.</p> <p>25. Волков Л.В. Теория и методика детского и юношеского спорта. К.: Олимпийская литература, 2002. 296 с.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Polevaia-Secăreanu Angela

Vasile Grosu



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă - I ASPSA-I (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Stepanova Natalia, dr. în pedagogie, conf. univ. Solonenco Grigorie, conf. univ., Antrenor Emerit al RM					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 O.044	Anul	III	Semestrul	6
Nr.credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15		30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „ASPSA I” (înotul sportiv) este partea componentă a materialelor didactico-metodice la disciplinele de specialitate a studenților anului I secția zi și frecvență redusă, prevăzute de planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice și sport, aplicativ și integrativ la catedra „Natație și turism”, USEFS.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățării înotului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul Educației fizice, capabili de a utiliza elementele de învățare a înotului în cadrul activităților nautice desfășurate cu diverse contingente de persoane;						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele cadru ale învățării înotului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul educației fizice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea caracteristicilor înotului sportiv și al celui aplicativ, care va asigura abordarea complexă a elaborării programelor de instruire la înot; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional prin achiziția de capacități și atitudini pe parcursul anilor de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. 6, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației fizice și sport..</p>
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoriei specifice cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul înotului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor privind instruirea în proba de natație; • Utilizarea tehnologiilor moderne și metodologiilor de instruire în înot; • Asigurarea însușirii corecte a tehnicii înotului sportiv și aplicativ. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Disciplina „ASPSA I” este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul Educației fizice și sportului. • Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale înotului. <p>Are ca scop adaptarea sistemelor organismului sportivului la eforturile fizice, privind însușirea tehnicii și dezvoltarea și perfecționarea condiției fizice a înotătorilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea obiectivă de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității în câmpul de muncă.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a înotătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; - să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic; - să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; - să însușească tehnica contemporană de executare a procedeelor tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; - să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); - să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); - să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire;

	<ul style="list-style-type: none"> - să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament; - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p style="text-align: center;">La nivel integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului; - să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; - să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Bazele organizării și desfășurării antrenamentului sportiv	6	1	2	3
	2	Sistema antrenamentului sportiv al înotătorilor de performanță	6	1	2	3
	3	Aspecte de unitate pedagogică și biologică al antrenamentului sportiv.	6	1	2	3
	4	Capacitățile de muncă a înotătorului. (Posibilitățile bioenergetice a organismului înotătorului)	6	1	2	3
	5	Noțiuni despre efortul fizic și efectele de antrenament.	6	1	2	3
	6	Adaptarea la eforturi fizice.	6	1	2	3
	7	Antrenamentul sportiv ca proces pe mai mulți ani.	6	1	2	3
	8	Formarea procesului de antrenament.	6	1	2	3
	9	Dirijarea în procesul antrenamentului.	6	1	2	3
	10	Conținutul antrenamentului înotătorilor de performanță.	6	1	2	3
	11	Pregătirea fizică a înotătorului.	6	1	2	3
	12	Pregătirea de forță a înotătorului.	6	1	2	3
	13	Capacități de viteză a înotătorilor.	6	1	2	3
	14	Rezistența înotătorului.	6	1	2	3
15	Mobilitatea în articulații și flexibilitatea înotătorului.	6	1	2	3	
Total :			90	15	30	45
Strategii de predare și învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecțiile practico-metodice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică: conversație, prezentare, investigație, studiu de caz, dezbateri, studiu individual, simulare, scrierea referatului, rezolvarea proiectelor propuse, consultarea surselor bibliografice. Lecțiile practico-metodice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor. Metode de lucru: expunerea, explicația, a studiului de caz. Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială / diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu,</i></p>					

	<p><i>chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p> <p><i>2. Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practico-metodice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p><i>3. Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Evaluarea finală: realizată prin examen oral (bilete) / scris (test cu conținut descriptiv, probleme), normative de control (demonstrarea exercițiilor pe uscat și în apă, învățarea exercițiilor pe elemente, explicarea exercițiilor).</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p>	
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în%)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kari G. Înot. /Curs în tehnologie IFR. București, Editura Fundației România de Mâine, 2012. 2. Manual metodic. Federația Română de Natație. Colectivul de redacție: Ioan Schuster. București, 2000, 300 p. 3. Maglisco E.W. Să înotăm mai repede. București, 2000, 288 p. 4. Rîșneac B., Solonenco G. Înotul sportiv: Concepte metodologice. Chișinău : Totex-Lux, 2014, 291 p. 5. Stepanova N. Postica S. Eficiența metodelor și mijloacelor de perfecționare a înotărilor în înot. Revista "Teoria și arta educației fizice în școlă" 3/2015, Chișinău, - p.66-69. 6. Solonenco G., Stepanova N., Rîșneac B. Înotul / Tehnologii teoretico-metodice în pregătirea înotătorilor. Chișinău, 2021. Tip. Totex-lux, 217 p. 7. Булгакова Н.Ж., Максимова М.Н., Маринич М.Н. и др. Водные виды спорта. Учебник для студентов ВУЗов / под ред. Н.Ж. Булгаковой. Москва: Академия, 2003. 8. Булгакова Н.Ж., Попов О. И., Распопова Е. А. Теория и методика плавания. Москва: Академия, 2014, 319 с. 9. Ганчар И. Л. Методика преподавания плавания: технологии обучения и совершенствования. Часть II. Учебник. Одесса, Друк, 2006. 10. Платонов В. Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга I, II Киев, Олимпийская литература, 2011, Книга I, II, 479 с., 526 с. 11. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н.Ж. и др. Плавание: Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Под ред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000, 495 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Stepanova Natalia

Solonenco Grigore



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenamentul Sportiv în Proba Sportivă Aleasă - I (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 O. 44	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Antrenamentul Sportiv în Proba Sportivă Aleasă - I” (gimnastica artistică) este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse metodici și programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a gimnasticii ritmice, în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi.						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodicii de desfășurarea a antrenamentului sportiv probei sportive-gimnasticii ritmice, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de antrenament de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. VI, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea diverselor mijloace și metode pentru diferite tipuri de pregătire în antrenamentul sportiv de gimnastică ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului pentru instruirea tehnicii în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament în gimnastica ritmică. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedeele tehnice în cadrul antrenamentului în corespundere cu specificul probei de gimnastică ritmică; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul antrenamentului sportiv la gimnastica ritmică; ▪ să definească noțiune de Selecția în gimnastica ritmică. Conținutul selecției inițiale în gimnastica ritmică ▪ să definească conceptele de bază a metodicii de lucru la diferite etape de pregătire în gimnastica ritmică; ▪ să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul de antrenament la diferite perioade a ciclului anual de pregătire. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p>

- să modeleze conținutul metodicii de antrenament la diferite etape a pregătirii multianuale: la etapa inițială de pregătire sportivă, la etapa specializată a pregătirii sportive, la etapa aprofundată a pregătirii sportive, la etapa perfecționării măiestriei sportive;
- să elaboreze conținutul metodicii de antrenament la diferite perioade a ciclului anual de pregătire sportivă: la perioada pregătitoare a ciclului anual; la perioada competițională a ciclului anual de pregătire; la perioada de tranziție;
- să aplice regulile de desfășurare a procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică.
- să modeleze partea pregătitoare a procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică;
- să elaboreze partea de bază a procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică;
- să modeleze partea de încheiere a procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică.

La nivel de integrare:

- să îmbine metodicile de antrenament în procesul de pregătire gimnastelor cu diferit nivel de pregătire;
- să selecteze obiective concrete pentru elaborarea metodicilor de antrenament a gimnastelor de diferit nivel de pregătire la diferite perioade a ciclului anual de pregătire sportivă ce practică gimnastica ritmică;
- manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina „Antrenamentul Sportiv în Proba Sportivă Aleasă - I”;
- să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei „Antrenamentul Sportiv în Proba Sportivă Aleasă - I” (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Pregătirea multianuală a gimnastelor de diferită vârstă și etapele pregătirii a gimnastelor. <i>Selecția în gimnastica ritmică.</i> <i>Conținutul selecției inițiale.</i> - Conținutul selecției specializate. Aprecierea datelor morfologice a gimnastelor la selecția specializată; - Conținutul selecției în echipele naționale; <i>Structura pregătirii multianuale a gimnastelor.</i> - Conținutul și metodică de lucru la etapa inițială de pregătire sportivă a gimnastelor de 5-8 ani; - Conținutul și metodică de lucru la etapa specializată de pregătire sportivă a gimnastelor de 9-11 ani; - Conținutul și metodică de lucru la etapa aprofundată de pregătire sportivă a gimnastelor de 11-13 ani; - Conținutul și metodică de lucru la etapa perfecționării măiestriei sportive a gimnastelor de 14 ani și mai mari.	32	6	10	16
	2	Periodizarea procesului de antrenament în gimnastica ritmică. - Noțiuni de forma sportivă și	24	4	8	12

	<p>periodizare.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Structura procesului multianual de antrenament; - Metodica de antrenament a gimnastelor la perioada pregătitoare a ciclului anual; - Metodica de antrenament a gimnastelor la perioada competițională a ciclului anual; - Metodica de antrenament a gimnastelor la perioada de tranziție a ciclului anual. 				
3	<p>Caracteristica a procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Caracteristica generală a procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică; - Clasificarea și caracteristica generală a lecțiilor de gimnastică ritmică; - Noțiuni de efort de antrenament; - Volumul efortului; - Intensitatea efortului; - Structura lecțiilor tradiționale și fragmentare; - Caracteristica și clasificarea tipurilor a părții pregătitoare a lecției de gimnastică ritmică; - Caracteristica părții de bază, obiectivele a procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică; - Caracteristica părții de încheiere a lecției; - Tipurile părții de încheiere: cu pregătire fizică a gimnastelor și cu pregătire muzical motrice; - Conținutul metodelor și procedeele metodice desfășurate în cadrul lecției de gimnastica ritmică. 	34	5	12	17
	Total :	90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				

Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 2. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 4. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 5. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Тирогр. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9 6. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с. 	

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga, dr. conf.univ.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă I ASPSA I (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 O.44	Anul	III	Semest rul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
		Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)					S
Catedra	Gimnastică		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	gimnasticausefs@ mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de învățământ „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă I” (gimnastica ritmică) prezentată în planul de învățământ este considerată ca un proces instructiv – educativ strict reglementat pentru pregătirea teoretică, tehnică, tactică, psihologică și funcțională în obținerea performanțelor superioare.</p> <p>Obiectivele generale sunt:</p> <ul style="list-style-type: none">• dezvoltarea multilaterală și specifică la factorii tehnici, tactici, funcționali și psihologici pentru evidențierea performanțelor sportive;• formarea și dezvoltarea competențelor profesional – pedagogice de aplicare a bazelor antrenamentului sportiv, principiilor formelor de pregătire sportivă;• dezvoltarea motivațiilor, atitudinilor generale de respectare a normelor și sistemelor de pregătire integrală a gimnaștilor. <p>Ca obiective specifice cursul formează dimensiuni teoretice, pragmatice în sensul intervenției unor operații și intervenții ce corelează cu situații concrete metodologice și</p>						

	<p>operaționale.</p> <p>Cursul se studiază în semestrul VI, anul 3. 15 ore prelegeri, 30 ore practico – metodice și 60 ore lucrul individual.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p align="center">Competențe profesionale pedagogice:</p> <p>Formarea capacității de observare a efectelor de antrenament sportiv în baza pregătirii teoretice, tehnice, fizice și psihologice.</p> <p>Formarea capacităților de analiză și sinteză a proceselor de antrenament în baza pregătirii fizice, tactice și funcționale într-o perioadă de antrenament sportiv.</p> <p>Formarea capacităților de aplicare practică a metodelor de pregătire sportivă integrală.</p> <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea sistemului de antrenament de gimnastică și tendințelor de dezvoltare a capacităților psihice și funcționale. • Stabilirea legăturii fundamentelor psihopedagogice ale antrenamentelor sportive de gimnastică și pregătirii artistice a disciplinelor gimnasticii ritmice, acrobatice și dans. • Formarea capacităților de aplicare a elementelor de coregrafie, acrobatică, ritmică, aerobică și dans în antrenamentul sportiv de gimnastică. 					
	<p align="center">Competențe la nivel de cunoaștere:</p> <p>Studentul va fi capabil :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptul de antrenament sportiv. • Să precizeze schema termenilor psihopedagogici privind antrenamentul sportiv de gimnastică. • Să descrie rolul formelor de pregătire sportivă. • În eficientizarea tehnicii de execuție a elementelor de bază la aparatele de gimnastică. • Să determine relația dintre antrenamentul perioadei de pregătire, competițională și de tranziție. <p align="center">Competențe la nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să analizeze interdependența de aplicare a principiilor antrenamentului sportiv. ▪ Să elaboreze 2-3 proiecte didactice ale antrenamentului sportiv și să le aplice în practică. ▪ Să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în timpul pregătirii coregrafice, acrobatice, de rotație și de sărituri. <p align="center">Competențe la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să explice esența pregătirii centralizate a formelor de pregătire sportivă. ▪ Să îmbine pregătirea fizică, tehnică și artistică în cadrul unui antrenament centralizat. ▪ Să elaboreze scenariul didactic a 2-3 activități de antrenament sportiv în perioada precompetițională. ▪ Să respecte particularitățile efortului fizic, psihologic și funcțional. 					
<p>Finalități de performanțe la curs</p>						
			Numărul de ore			
	N/o	Conținuturile unității de curs	Total	Curs	LP	LI
1	<p>Conceptul de antrenament sportiv. Schema termenilor psihopedagogici ale antrenamentului sportiv. Obiectivele și tendințele de dezvoltare.</p>	4	2		2	
2	<p>Bazele antrenamentului sportiv. Principiile antrenamentului specific</p>	9	2	3	4	

	gimnasticii artistice.				
3	Forme de pregătire sportivă, teoretică, tehnică, tactică, psihologică, funcțională și artistico-coregrafică.	25	4	11	10
4	Periodizarea antrenamentului sportiv: - pregătitoare; - precompetițională; - competițională; De tranziție.	14	2	2	10
5	Sistemele pregătirii integrale a gimnaștilor și particularitățile de pregătire: - de bază; - de rotație; - de sărituri; - acrobatică; - coregrafică.	25	4	11	10
6	Pregătirea centralizată/ integrală și farmacologică.	13	1	4	9
	Total ore în semestru	90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>În contextul imperativelor: a învăța să știi; a învăța să faci; a învăța să fii calitatea procesului de predare – învățare poate fi orientat spre aplicare a următoarelor strategii: explicația; convenția; demonstrația; exercițiul; experimentul; repetarea; studiul individual; testarea; dezbateră și a. în dependență de situațiile create.</p> <p>Problema proiectării metodelor de predare – învățare și a verbelor de acțiune indică competența sub aspect metodologic/ tehnologic adecvat obiectivelor operaționale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea curentă	60%
	Nota pentru evaluarea finală (examen)	40%
Referințe bibliografice	1. Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. Chișinău: Foxtrot, 2021, 230 p. 2. Potop V. Gimnastica artistică feminină. București, BREN, 2008, 145 p. 3. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodică antrenamentului sportiv. Iași: PIM, 2013, 372 p.	

Data completării: 01.09.2021

Grimalschi Teodor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă I ASPSA I (atletism)					
Titularul cursului		Ilin Grigore					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 06 O. 44	Anul	III	Semestru I	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	11	4	30	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul ASPSA-I (atletism) are menirea de a forma la viitorii specialiști în domeniul educației fizice și sportului competențe profesionale în ceea ce privește organizarea și desfășurarea procesului de instruire și antrenament în probele atletice.</p> <p>Disciplina ASPSA-I este una cu caracter interdisciplinar, bazându-se pe disciplinele ciclului biologic și psihopedagogic, și are menirea de a forma la viitorii specialiști în domeniul educației fizice și sportului competențe profesionale în ceea ce privește organizarea și desfășurarea procesului de instruire și antrenament în probele atletice.</p> <p>Predarea materialului de studiu se va face sub formă de prelegeri, lecții de seminar și practico-metodice. De asemenea, studentul este obligat de a studia individual, mai aprofundat, proba sa de specializare, va îndeplini temele pentru acasă, diferite lucrări</p>						

	<p>metodice, proiecte ale ședințelor de antrenament și sarcini practico-metodice.</p> <p>Materialul de studiu se va preda pe durata a două semestre, cu un volum total de 60 ore.</p> <p>În semestrul I, cu un volum de 60 de ore, dintre care 20 de ore teoretice și 6 ore de seminar, lecții practico-metodice 34 ore.</p> <p>La orele teoretice, studenții se vor familiariza cu bazele antrenamentului sportiv athletic, programarea și dirijarea pregătirii atleților de diferite specializări, metoda organizării și desfășurării ședințelor de antrenament în diferite grupe de probe atletice și cu diferite contingente de sportivi (femei, sportivi de diferite vârste și diferite niveluri de pregătire).</p> <p>La orele practico-metodice, studenții vor organizate sub formă de ședințe de antrenament, studenții vor acumula competențe practico-metodice de organizare, planificare și desfășurare a lecțiilor de antrenament cu diferite contingente de atleți de specializări diferite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Formarea și consolidarea unui sistem de cunoștințe practice și teoretice (igienice, fiziologice, didactice, metodice, tehnice, organizatorice) din domeniul atletismului, în concordanță cu sarcinile generale ale învățământului superior de educație fizică;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formarea capacităților profesional-pedagogice de organizare și desfășurare a ședințelor de antrenament atletice; - Lămurească bazele antrenamentului sportiv athletic; - Să cunoască conținutul pregătirii atletice; - Să cunoască și să aplice mijloacele atletismului în vederea îndeplinirii obiectivelor instructiv-educative prevăzute de curriculum; - Să cunoască structura și conținutul pregătirii atleților de diferite specializări pe parcursul pregătirii multianuale; - Să determine structura optimală a ciclurilor de pregătire în dependență de etapa antrenamentului annual; - Să aibă competențe de apreciere a efortului fizic în procesul antrenamentelor; - Să cunoască componentele dirijării procesului de antrenament; - Să cunoască etapizarea pregătirii atletului; - Să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de antrenament; - Să determine structura și conținutul pregătirii în dependență de etapa de antrenament; - Să cunoască planificarea procesului de antrenament de scurtă durată și de perspectivă; - Să planifice procesul de pregătire de scurtă durată și de perspectivă a atleților de performanță; - Să cunoască particularitățile instruirii tehnicii probelor atletice la femei. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bazele antrenamentului sportiv athletic, în scopul satisfacerii nevoilor și acționării, pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p>Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/de stat în situații reale ale vieții, pe teme ce țin de domeniul atletismului. • Competențe de a comunica într-un stil științific argumentat pe probleme referitoare la bazele antrenamentului sportiv athletic și metodologice ale atletismului,

	<p>ca disciplină de studiu.</p> <p>Competențe de comunicare într-o limbă străină</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții, pe probleme ce reflectă materia de studiu la atletism. <p>Competențe acțional-strategice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din domeniul atletismului. • Competențe de a acționa autonom și creative, în diferite situații de viață, pentru ași fortifica starea de sănătate prin aplicarea exercițiilor atletice în activitatea motrice cotidiană. <p>Competențe digitale în domeniul tehnologiilor informaționale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele tehnologiilor informaționale • Competențe de a crea documente în domeniul informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua internet, în situații reale. <p>Competențe interpersonale, civice, morale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în echipă, de a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile semenilor săi. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa, în diferite situații, în baza normelor și valorilor moral-spirituale. <p>Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității sale în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod de viață sănătos. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. <p>Competențe cultural și interculturale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii, în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască obiectul și principalele probleme ale teoriei și metodicii atletismului; - să definească, să analizeze și să explice noțiunile și definițiile de bază ale disciplinei de studii ASRSA-I (procesului de antrenament, structura, conținutul, planificarea, particularitățile instruirii, etapizarea pregătirii); <ul style="list-style-type: none"> • să identifice sarcinile de bază ale cursului; • să cunoască structura și conținutul ședinței de antrenament; • să cunoască planificarea procesului de antrenament de scurtă durată și de perspectivă; • să cunoască etapizarea pregătirii atletului; • să cunoască tehnologia procesului de dirijare a procesului de antrenament; • să organizeze și să desfășoare corect ședințe de antrenament cu sportivii de performanță de diferite specializări; • să selecteze corect mijloacele de pregătire în dependență de vârsta și specializarea atleților. <p><i>La nivel de înțelegere și aplicare:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine rolul și funcțiile atletismului, ca factor de fortificare a sănătății și socializare a oamenilor; - să aplice cunoștințele și competențele acumulate în activitatea practică de lucru cu diferite contingente de persoane; - să elaboreze unele studii asupra evoluției atletismului internațional și moldovenesc; - Să alcătuiască palmaresul unor atleți moldoveni sau străini; - Să realizeze unele studii istorice ale probelor de atletism.

	<i>La nivel de integrare:</i>					
	<ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul atletismului; - să explice esența și structura activității motrice, prin prisma tehnicii probelor de atletism; - să comunice și să acționeze eficient în procesul promovării imaginii atletismului în rândul populației și viitorilor practicanți/specialiști în domeniul atletismului. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Bazele antrenamentului sportiv athletic	7	1		6
	2	Alcătuirea, conținutul și planificarea antrenamentului multianual al atleților. Conținutul pregătirii în cicluri de durată diferită	7	1		6
	3	Alcătuirea ședințelor de antrenament atletice	5	1		4
	4	Dirijarea procesului de antrenament	6	2		4
	5	Ședințele de instruire și antrenament atletice	6	2	2	2
	6	Planificarea pregătirii de scurtă durată și de perspectivă în atletism	8	2	2	4
	7	Particularitățile organizării și desfășurării ședințelor de antrenament cu atleții tineri	18	2	10	6
	8	Particularitățile organizării și desfășurării procesului de antrenament cu sportivii de performanță	16	2	8	6
9	Particularitățile organizării și desfășurării procesului de antrenament cu femeile	17	2	8	7	
Total :			90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculumului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte a motricității speciale. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut predarea-învățarea materialului didactic din atletism; • Organizarea dezbaterilor asupra unor tematici din domeniul educației fizice 					

	<p>în ciclul liceal, instruirii tehnicii probelor atletice, dezvoltării calităților motrice și organizării lucrului individual;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea și publicarea unor articole privind abordările moderne a procesului de recuperare psiho-fizică în diverse afecțiuni terapiei manuală; <p>Curriculumul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și student</i>. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic.</p> <p>Studenții se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vârstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.). În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: <i>expunerea, ascultul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată in triadă, jocul de rol</i> etc.</p> <p>Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gândirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor studenților. Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media).</p> <p>Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor– student și student – student (grupa, subgrupa) pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a reabilitării fizice.</p> <p>Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de <i>demers didactic postmodern</i> are un sens amplu și multidimensional, incluzînd, în primul rînd, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățămîntul universitar) și, în al doilea rînd, nivelul microdidactic (ora didactică). Cu toate deosebirile de structură, rigorile esențiale sînt aceleași:</p> <ul style="list-style-type: none"> • axarea activităților pe interesele și nevoile studentului; • dezvoltarea la studenți a gândirii critice; • dezvoltarea motivației pentru învățare și pentru menținerea ei durabilă; • orientarea discursului didactic spre dezvoltarea continuă a abilităților și transformarea acestora în competențe; • integrarea obiectivelor de referință, a sarcinilor de realizare a acestor obiective, a obiectivelor de evaluare și a sarcinilor de evaluare într-un act educațional integrat; • selectarea și adaptarea strategiilor didactice în funcție de particularitățile de vârstă și individuale ale studenților, oportunitățile și interesele acestora; • proiectarea și realizarea demersului didactic în baza experiențelor anterioare ale studenților întru asigurarea unei învățări durabile; • includerea dimensiunilor interdisciplinarității, interculturalității și multiperspectivității în demersul educațional.
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare-învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.</p> <p>Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.</p>

Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina „ASRSA-I” constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.

În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:

- *proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedeelelor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare-notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise;*

- *măsurarea rezultatelor instruirii prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit;*

- *aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate;*

- *adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.*

În procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de masterandanți. În cadrul orelor la disciplina “ASRSA-I”, evaluarea va îndeplini mai multe funcții, printre care:

- *funcția de evidență și control a activității didactice;*

- *funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;*

- *funcția formativă, care este rezultatul a înțelegerii de către evaluați a nivelului la care se află în momentul evaluării;*

- *funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.*

În cadrul procesului educațional deosebim:

- *evaluarea internă, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea instituției;*

- *evaluarea externă, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățământ, Ministerul Educației, Culturii și Cercetărilor.*

În funcție de scopurile urmărite, vom aplica:

- *evaluarea inițială care se realizează la începutul ciclului de învățământ.*

Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;

- *evaluarea formativă, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.*

Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele de referință. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;

- *evaluarea rezumativă sau cumulativă, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului “ASRSA-I”. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (evaluarea orală și scrisă) și complementare (referate științifice, prezentări video, prezentări power point, demonstrații practice, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu).*

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aruncări. Probe combinate /Antrenorul federal de atletism, vol. III, CCPS, București, 1995. 206 p. 2. Atletism, ieri, azi, mâine. Bazele științifice ale antrenamentului sportiv, vol. XI, București, 1977, p. 108-182. 3. Atletism. Prelegeri. Curs specializare (anul IV), sub redacția lui D.C. Alexandrescu, București, 1991. 243 p. 4. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p. 5. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p. 6. Diaconescu Dan Silviu. Metodica predării tehnicii în probele atletice. Ager, 2003. 140 p. 7. Dragnea Adrian. Teoria antrenamentului sportiv, București, IEFS, 1990. 244 p. 8. Gârleanu D., Firea V. Exerciții și jocuri pentru pregătirea atleților, București, I.P. Oltenia”. 199 p. 9. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport-turism. 231 p. 10. Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p. 11. Muraru Anton. Ghidul antrenorului, volumele I-III, București, 2005, 399 p. 12. Nicu Alexe. Antrenamentul sportiv modern. – București, Editis, 1993, p. 310-393. 13. Regulament. Manualul 2002 – 2003 (traducere), București, 2002. 241 p. 14. Бевзюк В.С., Куцегуб С.И. Легкая атлетика (учебное пособие).-Херсон, 2004. 152 с. 15. Бондарчук А. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. – М.: Олимпия Пресс, 2007. 272 с. 16. Железняк Ю.Д., Максименко Г.Н. Спортивно-педагогическое совершенствование /Программы педагогических институтов. – М., 1985. 42 с. 17. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд. Перераб. и доп. – М.: Академия, 2005. 272 с. 18. Лимарь Л.П. Легкая атлетика для юношей. М.: ФиС. 1969, 223 с. 19. Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ. /Под ред. О.В. Колодня, Е.М. Лутковского, В.В. Ухова. М.: Ф и С. 1985, 271 с. 20. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – Изд. 4-е, доп., перераб. М.: Ф и С. 1989, 671 с. 21. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2006-2007. – М.: Терра-Спорт, Олимпия пресс, 2006, 144 с. 22. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф.; М.: Ф и С, 1976, 200 с. 23. Особенности обучения видам легкой атлетики в условиях институтов физической культуры. Сборник научных трудов. Л.: изд. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1986, 98 с.
---------------------------------------	--



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Practica sportiv-managerială					
Titularul cursului		Triboi Vasile, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului		Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	12	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	165	Studiu individual	165	Total ore pe semestru			330
Regimul disciplinei							
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	LP	LI	
		330	165			165	
Nota de prezentare	<p>Stagiile de practică constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Fiind un element principal al procesului educațional și al activității profesionale, stagiul de practică asigură formarea competențelor profesionale și acumularea experienței privitor la organizarea și realizarea activităților în domeniul profesional.</p> <p>Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a studenților. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul – viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Curriculumul dat reflectă obiectivele și competențele generale, structura, metodologia organizării și desfășurării stagiilor de practică managerială în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, la studenții Facultății de Sport, ciclul I.</p>						

	potrivit reglementărilor legislației în vigoare în Republica Moldova, componentă obligatorie și esențială a formării profesionale universitare.
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Deprinderi de documentare și elaborare a planurilor de acțiune în vederea înființării unei structuri sportive, coordonării activităților, dirijării personalului în sport în corespundere cu sursele de finanțare; ✓ Abilități de prezentare a anumitor obiective specifice activității de management; ✓ Cunoștințe procedurale, legale cu privire la actele de înființare a unei organizații sportive și înregistrarea acestora la organele competente ✓ Însușirea diferitelor tehnici de interpretare a legislației ce reglementează activitatea de management în domeniu; ✓ Capacități de relaționare interpersonală și de creare a climatului favorabil în entitățile de profil <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Abilități de conducere și antreprenoriat, managementul timpului și al carierei, utilizarea patrimonială a drepturilor de proprietate intelectuală. ✓ Abordarea integrată a cunoștințelor despre management și aprofundarea procedurilor de cercetare științifică interdisciplinară. ✓ Cunoașterea metodelor de lucru într-o structură sportivă ✓ Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații parteneriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ de a poseda cunoștințe generale de bază; ✓ de a comunica informații, idei, probleme și soluții din domeniul profesional; ✓ de comunicare scrisă și orală în limba maternă și într-o limbă de circulație internațională; ✓ de analiză și sinteză; ✓ de a decide independent; ✓ de a susține public un discurs coerent și logic; ✓ de a asigura promovarea și respectarea legalității în activitatea desfășurată; <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ de evaluare și autoevaluare a propriilor activități din perspectiva obligațiilor de funcție; ✓ de a aprecia diversitatea; ✓ de a avea un comportament etic și de respectare a regulilor deontologiei profesionale; ✓ de negociere și elaborare de proiecte; ✓ de colaborare cu specialiștii și experții din alte domenii; ✓ de a demonstra un comportament etic în activitatea profesională; ✓ de a rezolva situații profesionale uzuale, în vederea soluționării eficiente și deontologice a acestora; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ de a pune în practică cunoștințe; ✓ de a învăța; ✓ de adaptare la noi situații; ✓ de a se adapta la procesul de integrare europeană și de armonizare a legislației specifice domeniului de activitate; ✓ de a interpreta și a aplica legislația specifică domeniului de specializare; ✓ de a lucra independent; ✓ de organizare și realizare a cercetării; ✓ de a dezvolta responsabilitatea față de implicațiile etice și consecințele sociale ale cercetărilor.
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea stagiilor de practică se realizează atât pe perioada de desfășurare a practicii, cât și la finalizarea acestei activități.</p> <p><i>Evaluarea curentă</i>, pe durata practicii, se efectuează de către conducătorul de</p>

	<p>practică și reprezentantul unității–baze de practică, luând în considerație participarea studentului la lucrările programate și formarea de către acesta a deprinderilor de executare sau coordonare a operațiunilor incluse în programul practicii și reflectate în Portofoliul de practică care include următoarele documente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Agenda-tip a stagiului (anexa 1). 2. Statutul, regulamentul, structura și organizarea activității entității sportive(organigrama structurală), date istorico-cronologice; 3. Legea în care este stipulat specificul activității unității sportive; 4. Structura sistemului sportiv în cadrul căreia se regăsește entitatea de profil; 5. Documente specifice managementului financiar(contracte de sponsorizare, de colaborare, distribuția resurselor financiare în organizație, devizul de cheltuieli al unei manifestări sportive,) 6. Modelul contractului de muncă a unui sportiv, antrenor, manager. 7. Fișa de post (anexa 3). 8. Programe ce vizează dezvoltarea personalului. 9. Acte ce reglementează procedura de atestare a personalului. 10. Prezentarea unui proiect individual care să reflecte lucrul administrativ. 11. Planul de organizare a unui cantonament de pregătire (reflectarea resurselor materiale, financiare, umane și informaționale necesare). 12. Planul de organizare a unui eveniment sportiv (pașii de parcurs, reflectarea resurselor materiale, financiare, umane și informaționale necesare). 13. Contract - tip de transfer al unui sportiv. 14. Materiale promoționale, documente ce atestă activități de promovare a activității și/sau a entității sportive. 15. Analiza consumatorului serviciilor și produselor entității sportive. 16. Lista documentației necesare unui conducător de club. 17. Raportul practicii manageriale (anexa 4). 18. Referința semnată de coordonator și vizată cu ștampila organizației sportive (anexa 2) . 19. Fotografii, scheme de la locul desfășurării practicii. <p>La evaluarea finală, stagiile de practică se apreciază cu note de către o comisie special creată de catedra de profil, ținând cont de referința coordonatorului din partea unității-baza de desfășurare a practicii despre activitatea stagiului, calitatea susținerii publice a raportului, rezultatele realizării sarcinii individuale, aprecierea conducătorului de la catedra de profil. Criteriile de apreciere a stagiului de practică sunt elaborate și aprobate prin reglementări interne ale universității.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premisă a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg.Mureș: 2007. 180 p. 2. Budevici-Puiu L. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinău: USEFS, 2009. 18 p. 3. Gonciaruc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15. 4. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. 5. Secieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Univ. „Al. I. Cuza”, Iași, 2002. 6. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodică antrenamentului sportiv. Iași: PIM, 2013, 372 p. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL IV Semestrul 7

ANUL IV Semestrul 7							
Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Metrologia sportivă					
Titularul cursului		Arsene Igor, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 07 O. 45	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Bazele Teoretice ale Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btcf@mai l.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	Disciplina de studii „Metrologia sportului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice și sportului, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Disciplina Metrologia Sportului este o necesitate dictată de actualizare a standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor cu eliminarea erorilor și implicațiilor bazate pe știința despre măsurători și calculele matematicii statistice în domeniul educației fizice produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea de suporturi noi din perspectiva trecerii de la modelul centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.						

	<p>Disciplina Metrologia Sportului își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie ce formează calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea disciplinei cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația Metrologică are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, Metrologia Sportivă națională și universală are menirea de a forma un cetățean competent cu vederi democratice bazate pe știința de a măsura, cercetare, măsurare, control, verificare, analiză, calcule matematice care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Obiectivele la Disciplina metrologia sportului sunt axate în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>9. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul Educație Fizică și Sport.</p> <p>10. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera Educației Fizice și Sport .</p> <p>11. Aplicarea științei măsurărilor în domeniul Educație Fizică și Sport în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz.</p> <p>12. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare în Educația Fizică și Sport, bazate pe date reale măsurate.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile disciplinei metrologia sportului vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an IV., sem. 7, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației Fizice și Sport.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>După absolvirea ciclului 1 al învățământului superior, tânărul specialist va fi capabil să:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Să fie conștient de importanța socială a viitoarei profesii, să aibă motivația de a desfășura activitatea profesională; 2. Să aplice în practică cunoștințele fundamentale ale domeniului culturii fizice și sportului; 3. Să formeze la subiecții actului educativ trăsături sociale și de personalitate: responsabilitate, seriozitate, angajament, comunicare, toleranță etc; 4. Să educe la subiecți motivația de a practica proba de sport aleasă; 5. Să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților actului educativ, pentru formarea la aceștia a culturii unui mod sănătos de viață, necesității de practicare permanentă a culturii fizice și sportului, formarea unei poziții de viață activă etc; 6. Să selecteze și să utilizeze literatura științifico-metodică și alte surse de informații, necesare pentru pregătirea și realizarea activității profesionale a antrenorului; 7. Să utilizeze actele normative care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a antrenorului; 8. Să elaboreze documente de planificare, de evidență și evaluare pentru organizațiile educaționale și sportive; 9. Să elaboreze proiecte didactice ale ședințelor de instruire și antrenament în conformitate cu planul anual, etapele pregătirii multianuale, specializarea, nivelul de pregătire, sexul și categoria de vârstă în corelație cu știința măsurărilor;

	<p>10. Să evalueze și să analizeze critic propria activitate profesională;</p> <p>11. Să Realizeze autoanaliza și autocontrolul în procesul ședințelor de instruire și antrenament;</p> <p>12. Să Organizeze și să efectueze cercetări științifice în procesul activității profesionale;</p> <p>13. Să Acorde primul ajutor premedical în procesul de instruire și antrenament;</p> <p>14. Aplice metodele de asigurare și de autoasigurare în procesul îndeplinirii sarcinilor motrice, să respecte normele de securitate în procesul ședințelor de instruire și antrenament;</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>CT1 – Să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate obiectivelor trasate procesului de instruire și antrenament;</p> <p>CT2 – Să utilizeze creativ cunoștințele pedagogice, pentru a rezolva sarcinile didactice bazate pe caracteristicile individuale ale subiecților și nivelul pregătirii sportive al acestora;</p> <p>CT3 – Să efectueze corectarea sarcinilor procesului educațional, să restructureze metodele de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, a instruirii și educației;</p> <p>CT4 – Să stabilească relații adecvate cu sportivii, specialiștii și administrația organizației educaționale și sportive, în care își desfășoară activitatea;</p> <p>CT5 - Să posede terminologia profesională corectă, precum și mijloacele de comunicare.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Metrologia sportului” (acumulări planice de date asupra grupelor matrtor și experiment, anchetare prin chestionare, mijloacele tehnice de măsurare și control, motivația pentru a pune în aplicare știința măsurărilor, rezultatul final etc.); ➤ să definească noțiunea de control metrologic în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască strategiile de dirijare în cultra fizică și sport; ➤ să identifice specificul activității în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască care este specificul domeniul culturii fizice și sport; ➤ să cunoască particularitățile disciplinei „Metrologia sportului”; ➤ să cunoască aspectele conceptuale ale științei măsurărilor. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe student să aplice știința măsurărilor în antrenamente sportive; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată cu aplicarea măsurărilor și matematicii statistice în sport; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra organismului uman și să găsească metode de estimare cantitative pentru dirijarea acestora; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama și de aspectele economico - finaciare și asupra menegmentul sistemului de cultură fizică în timpul practicii de specialitate aplicând metode de estimare cantitativă a indicilor calitativi; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare și dirijare a activității culturii fizice și sport; ➤ să poată găsi corelația dintre norme și rezultatele obținute în cultura fizică și sport; <p>să aplice cunoștințele teoretice obținute în cadrul disciplinei „Metrologia sportului” în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
	<p>1</p>	<p>Tema 1: Introducere în Metrologia</p>	<p>Total</p> <p>15</p>	<p>Curs</p> <p>4</p>	<p>Seminar</p> <p>2</p>	<p>LI</p> <p>6</p>

	<p>sportului.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Introducere în metrologia sportivă ▪ Obiectul metrologiei sportive ▪ Antrenamentul sportiv ca proces de dirijare ▪ Noțiunea de dirijare ▪ Dirijarea în cadrul unui antrenament sportiv <p>Controlul în cadrul unui antrenament sportiv</p>				
2	<p>Tema 2: Bazele teoriei măsurărilor în cultura fizică și sport.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Scări de măsură ▪ Scara numelor (scara nominală) ▪ Scara ordinală ▪ Scara intervalelor ▪ Scara raporturilor ▪ Unitățile de măsură ▪ Precizia măsurărilor ▪ Eroarea de bază și cea suplimentară ▪ Eroarea absolută și cea relativă ▪ Eroarea sistematică și cea întâmplătoare 	15	4	2	6
3	<p>Tema 3: Metodele statistico-matematice de prelucrare a rezultatelor măsurărilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Șiruri unidimensionale ale rezultatelor măsurărilor ▪ Compunerea șirurilor de repartizare și prezentările lor grafice ▪ Caracteristicile statistice de bază ale șirului de măsurări ▪ Curba repartizării normale ▪ Alte caracteristici ale repartizării ▪ Prelucrarea matematică a rezultatelor măsurărilor directe ▪ Interdependența rezultatelor măsurărilor ▪ Interdependențele funcțională și statistică ▪ Câmpul corelațional ▪ Aprecierea densității interdependenței ▪ Directivitatea interdependenței ▪ Regresia ▪ Metodele de calculare a coeficienților interdependenței ▪ Calcularea coeficientului liniar par al corelației ▪ Calcularea raportului corelațional ▪ Calcularea coeficienților particular și multiplu de corelație ▪ Calcularea coeficientului de corelație prin ranguri ▪ Calcularea coeficientului tetrahoric de conjugare 	15	8	3	11

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Ipotezele statistice și autenticitatea caracteristicilor statistice ▪ Verificarea ipotezelor statistice ▪ Construcția intervalelor de încredere ale caracteristicilor statistice ▪ Compararea a două medii aritmetice de selecție (selecții independente) ▪ Compararea a două selecții corelative medii de sondaj ▪ Compararea a două caracteristici ale variațiilor de sondaj ▪ Evaluarea normalității repartizării ▪ Evaluarea autenticității coeficienților de corelație ▪ Analiza dispersională ▪ Noțiunile de bază ale analizei dispersionale ▪ Analiza de dispersie cu un factor ▪ Analiza de dispersie la corelația datelor <p>Coeficientul de corelație din interiorul clasei</p>				
4	<p>Тема 4: Bazele teoriei testelor.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Noțiunile de bază ▪ Echivalența testului ▪ Siguranța testelor ▪ Noțiunea de siguranță a testelor ▪ Noțiunile de bază ▪ Estimarea siguranței conform datelor experimentale ▪ Siguranța în practica lucrului cu testele ▪ Stabilitatea testului ▪ Concordanța testului ▪ Căile de ridicare a siguranței testului ▪ Informativitatea testelor ▪ Noțiuni generale ▪ Informativitatea empirică (primul caz – există un criteriu de măsurat) ▪ Informativitatea empirică (cazul doi – un criteriu unic nu există; informativitatea factorială) ▪ Informativitatea empirică în munca practică <p>Informativitatea de conținut (logică)</p>	15	4	2	5
5	<p>Тема5: Bazele teoriei elvaluărilor</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Problema estimărilor ▪ Tabelele de punctaj la diferite genuri de sport și scările de estimații ▪ Sarcinile principale ale evaluării ▪ Problema criteriului ▪ Scările de estimații ▪ Scările standard ▪ Scara percentilă ▪ Scara punctelor selectate ▪ Scările parametrice ▪ Scara ICSCF (Institutul Central de Stat de Cultură Fizică) 	15	6	2	8

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Estimarea complexului de teste ▪ Normele ▪ Varietățile de norme ▪ Normele de vârstă ▪ Evidența particularităților constituție corpului ▪ Valabilitatea normelor 				
6	Tema 6. Metode de estimare cantitativa a indicilor calitativi. <ul style="list-style-type: none"> ▪ Noțiunile fundamentale în cvalimetrie ▪ Metoda estimațiilor de expert ▪ Metoda de anchetare 	15	4	2	9
Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%		
	Nota lucrul individual		20%		

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arsene I.A. Mijloace tehnice de instruire. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică. - Chișinău: INEFS, 2002. – 69 p 2. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică facultatea fără frecvență. - Chișinău: INEFS, 2004. – 58 p. 3. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). - Chișinău: USEFS, 2007. – 152 p. 4. Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). Programa pentru facultățile de educație fizică și sport. - Chișinău: USEFS, 2007. – 30 p 5. Arsene I.A. Metrologia sportivă (întrebări și răspunsuri). Volumul I. Material didactic-referativ pentru studenții USEFS. În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău:”Valinex”SRL. 2010.-160p. 6. Arsene I.A. Metrologia sportivă (Suport de curs). Material didactic – referativ pentru studenții USEFS (întrebări și răspunsuri). În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova –Chișinău: ”Valinex” SRL. 2011.-112p. 7. Arsene I.A. Proiecte didactice la disciplina „Metrologia sportivă”. Chișinău ., USEFS., 2012, Catedra „Teoria și Metodica Culturii Fizice”.format electronic. 8. Arsene I.A. Metrologia sportului (concepții generale). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor de educație fizică și sport.-Ch.: USEFS, 2013 (Tipografia „Valinex”),- 51 p. 9. Arsene I.A. Metrologia sportivă(dicționar ghid). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor cu profil sportiv: În ajutorul studentului. -Ch. Valinex, 2014. - 274 p. 10. Arsene I.A. Metrologia sportului : Caiet de seminare : (pentru studenți) / Arsene Igor ; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport, Catedra Teoria și Metodica Culturii Fizice. – Chișinău : USEFS, 2015. – 36 p. 11. Демченко П.П. Математико–аналитические методы в структуре педагогических исследований физической культуры. Учебное методическое - пособие для высших учебных заведений физической культуры. – Ch., 2009.
---------------------------------------	---

Data completării: 01.09.2021

Arsene Igor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Istoria culturii fizice					
Titularul cursului		Arsene Igor					
Ciclul (L-licență)	L	Codulcursului	F 07 O.46	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F - componenta fundamentală)							F
Catedra	BTCF	Numărultotaldeore (pesemestru)dinplanuldeînvățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedrabortcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	30	-	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>"Istoria Culturii Fizice"</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea curriculumului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația prin <i>"Istoria Culturii Fizice"</i> are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i> are menirea de a forma un cetățean cu vederi democratice, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Pe parcursul studierii disciplinei <i>"Istoria Culturii Fizice"</i>,</p>						

	<p>curriculumul propune familiarizarea studenților cu probleme fundamentale din cultura fizică a lumii și a civilizațiilor <i>antice, medievale, moderne și contemporane</i>. Sugestiile de conținuturi sînt abordate atît în contextul cronologic, cît și cel geografic (național, regional, european și mondial). Astfel, predarea și învățarea <i>Istoria Culturii Fizice</i> se focalizează pe înțelegerea specificului cunoașterii <i>Istoria Culturii Fizice</i> și pe funcționalitatea acesteia pentru diferite domenii de activitate. Curriculumul de față își propune să stimuleze interesul pentru valorile culturale naționale și universale, să asigure condiții în formarea personalității studentului pentru continuarea învățării după facultate și să utilizeze abilitățile formate în cadrul lecțiilor de <i>Istoria Culturii Fizice</i> în viața cotidiană.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează cadrelor didactice universitare, studenților, avînd menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p><i>Curriculumul este axat pe următoarele componente:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> □ competențe-cheie / transversale și transdisciplinare; □ competențe specifice ale disciplinei. <p>Strategiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții Universității de Stat de Educație Fizică și Sport vor studia disciplina dată în 60 ore pe parcursul unui semestru (pentru toate specialitățile).</p> <p>În conformitate cu planul de învățămînt studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an IV., sem. 7, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 2 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Culturii Fizice și Sport.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>După absolvirea ciclului I al învățămîntului superior, tînărul specialist va fi capabil să:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fie conștient de importanța socială a viitoarei profesii, să aibă motivația de a desfășura activitatea profesională; 2. Aplice în practică cunoștințele fundamentale ale domeniului culturii fizice și sportului; 3. Formeze la subiecții actului educative trăsături sociale și de personalitate: responsabilitate, seriozitate, angajament, comunicare, toleranță etc; 4. Formeze la subiecți motivația de a practica proba de sport aleasă; 5. Utilizeze valorile spiritual acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele de spre trăsăturile de personalitate ale subiecților actului educativ, pentru formarea la aceștia a culturii unui mod sănătos de viață, necesității de practica repermanentă a culturii fizice și sportului, formare a unei poziții de viață active etc; 6. Selecteze și să utilizeze literatură științifico-metodică și alte surse de informații, necesare pentru pregătirea și realizarea activității profesionale a antrenorului; 7. Utilizeze actele normative care reglementează activitatea școlilor cu profil sportive și activitatea profesională a antrenorului; 8. Elaboreze documente de planificare, de evidență și evaluare pentru organizațiile educaționale și sportive; 9. Elaboreze proiecte didactice ale ședințelor de instruire și antrenament în conformitate cu planul anual, etapele pregătirii multianuale, specializarea, nivelul de pregătire, sexul și categoria de vîrstă; 10. Să evalueze și să analizeze critic propria activitate profesională; 11. Realizeze autoanaliza și autocontrolul în procesul ședințelor de instruire și antrenament; 12. Organizeze și să efectueze cercetări științifice în procesul activității profesionale; 13. Acorde primul ajutor premedical în procesul de instruire și antrenament;

	<p>14. Aplică metodele de asigurare și de auto asigurare în procesul îndeplinirii sarcinilor motrice, să respecte normele de Securitate în procesul ședințelor de instruire și antrenament;</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>CT1 – Selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate obiectivelor trasate procesului de instruire și antrenament;</p> <p>CT2 – Utilizeze creative cunoștințele pedagogice, pentru a rezolva sarcinile didactice bazate pe caracteristicile individuale ale subiecților și nivelul pregătirii sportive al acestora;</p> <p>CT3 – Efectueze corectarea sarcinilor procesului educațional, să restructureze metodele de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, a instruirii și educației;</p> <p>CT4 – Stabilească relații adecvate cu sportivii, specialiștii și administrația organizației educaționale și sportive, în care își desfășoară activitatea;</p> <p>CT5 - Posede terminologia profesională corectă, precum și mijloacele de comunicare.</p>					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Istoria Culturii Fizice” (acumulări planice de date asupra grupului matric și experimenta, anchetare prin chestionare, mijloacele tehnice de măsurare și control, motivația pentru a pune în aplicare știința măsurărilor, rezultatul final etc.); ➤ să definească noțiunea de „Istoria Culturii Fizice” și rolul acesteia în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască strategiile de dirijare în cultura fizică și sport; ➤ să identifice specificul activității în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască care este specificul domeniului culturii fizice și sport; ➤ să cunoască particularitățile „Istoriei Culturii Fizice”; ➤ să cunoască aspectele conceptuale ale „Istoriei Culturii Fizice”. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>Înțelegerea și utilizarea adecvată a limbajului de specialitate</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Înțelegerea și reprezentarea timpului și a spațiului <i>Culturii Fizice</i> 3. Cunoașterea și interpretarea surselor <i>Istoriei Culturii Fizice</i> 4. Determinarea relațiilor de cauzalitate și schimbare în <i>Istoria Culturii Fizice</i> 5. Aprecierea critică și obiectivă a situațiilor, faptelor și proceselor din <i>Istoria Culturii Fizice</i> 6. Manifestarea atitudinii pozitive față de impactul evenimentelor <i>Istoriei Culturii Fizice</i> asupra dezvoltării culturii societății 7. Formarea comportamentelor democratice și a valorilor general-umane 8. Competența de a păstra și de a aprecia patrimoniul național și local în context universal. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele și analiza critică și sinteza lecturilor; ➤ să cunoască care sunt aspectele lecturii conștiente, înțelegerea textelor, a izvoarelor și documentelor <i>Istoriei Culturii Fizice</i> ; ➤ să poată găsi corelația și deosebirea dintre general și particular și să critice asupra conținuturilor <i>Istoriei Culturii Fizice</i>; ➤ să aplice cunoștințele teoretice obținute în cadrul disciplinei „<i>Istoriei Culturii Fizice</i>” în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
	Total	Curs	Seminar	LI		
1	8	Obiectul, izvoarele, metodele și rolul de cercetare ale istoriei culturii fizice	2	2	2	
2	8	Evoluția biologică și socială a omului, originea exercițiilor fizice, forme de	2	2	2	

	practicare ale exercitiilor fizice la populatiile primitive				
3	Exercitiile fizice practicate in perioada de inceput a antichitatii de populatiile din egipt, india, china, japonia	8	4	4	4
4	Educatia fizica în grecia antica în perioada preelenica si în perioada clasica (conceptia greaca despre educatie, institutiile si procesul de educatie, gimnastica, orchestrica, agonistica, jocurile olimpice antice, etapele infloririi si declinului educatiei fizice în grecia antica)	8	4	4	4
5	Educatia fizica în roma antica (perioada republicii si perioada imperiului)	8	4	4	4
6	Educatia fizica în evul mediu (perioada de început si perioada clasica)	8	2	2	2
7	Conceptiile despre educatie în perioada renasterii (umanistii), reprezentantii pedagogiei realiste si rationaliste	8	2	2	2
8	Sistemele nationale de educatie fizica din secolele al XVIII-lea si al XIX-lea: sistemul francez, elvetian, german, danez, suedez, englez	8	2	2	2
9	Jocurile olimpice antice. restaurarea jocurilor olimpice moderne	8	2	2	2
10	Exercitiile fizice practicate pe teritoriul tarii noastre în antichitate si perioada evului mediu	8	2	2	2
11	Începuturile educatiei fizice scolare si universitare în romania si în Rrepublica Moldova	10	2	2	2
Total :		90	30	30	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p>				

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluare curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Cojocaru, A., Cojocaru, M. – Cursul teoretic predat</p> <p>2. Nicu, A. (2000) – Istoria exercițiilor fizice, București, Editura Fundației România de Mâine</p> <p>3. Postolache, N. (1995) – Istoria sportului în România, București,</p> <p>4. Postolache, N. (2007) Istoria universală a kinetoterapiei, București, Editura Fundației România de Mâine</p> <p>5. Postolache, N. (2008) – Istoria educației fizice, sportului și olimpismului, București, Editura Fundației România de Mâine</p> <p>6. Kirițescu, C-tin, (1964) – Palestrica, București, Editura UCFS.</p> <p>7. Enciclopedia Educației Fizice și Sportului din România, vol. I, II și III, Editura Aramis, 2002.</p> <p>8. http://www.scritub.com/timp-liber/sport/ISTORIA-CULTURII-FIZICE1443202411.php</p> <p>9. * * * * * 1980, Anthichitate greco-romană despre sport (antologie) - Editura Sport -Turism, Bucuresti</p> <p>10. http://old.mts.gov.md/sites/default/files/document/attachments/strategia_de_dezvoltare_a_culturii_fizice_si_sportului_din_republica_moldova_pentru_anii_2013-2020_si_planul_operational_de_implementare_a_strategiei.pdf</p> <p>Bibliografie obligatorie:</p> <p>11. Neta, G., Rusu, Flavia, 1998, Istoria milenară a Educației Fizice și Sportului, Editura Risoprint, Cluj-Napoca</p> <p>12. Rusu, Flavia, 2004, Educația fizică și sportul de la origini la Jocurile Olimpice moderne, Editura Napoca Star, Cluj-Napoca</p> <p>13. Rusu, Flavia - Istoria EFS - curs (http://www.sport.ubb.cluj.ro)</p> <p>14. Banciulescu, V., 1976, Acest straniu secol al sportului, Editura "Sport-Turism" Bucuresti.</p> <p>15. Banciulescu, V., 1989, Orele astrale ale sportului, Editura "Sport-Turism" Bucuresti.</p> <p>16. Kiritescu, C-tin, (1964), Palestrica, Editura U.C.F.S., Bucuresti</p> <p>17. Lucas, J., 1992, Future of Olympic Games, Human Kinetics Champaign-Illinois.</p> <p>18. Maroti, s., Dan, Mirela, Marcu, V., 2000, Miscarea Olimpica din Romania, Editura Imprimeriei de vest, Oradea.</p> <p>19. Matei, I., 1985, Ramul de maslin al Olimpiei, Editura Albatros, Bucuresti</p> <p>20. Matei, H., 1995, Enciclopedia antichitatii, Editura Meronia, Bucuresti</p> <p>21. Mitra, Gh., 1984, Constelația Olimpiadelor, Editura Sport-Turism, Bucuresti.</p> <p>22. Zamarovsky, V., 1988, Renasterea Olimpiei, Editura Sport-Turism, Bucuresti.</p>	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare					
Titularul cursului		Carp Ivan, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L –licență)	L	Codul cursului	F 07 O. 47	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe Semestru		90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Bazele Teoretice ale Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- tmcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15		45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul „Științe ale sportului”, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ și prescriptiv, vizînd dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățământ, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării în domeniul științelor sportului, vizînd practica investigațională și de pregătire a sportivilor.</p> <p>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii;</p> <p>b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile de masterat;</p>						

	<p>c) promovarea fenomenelor epistemologice ale cercetărilor științifice în domeniul sportului și implementarea rezultatelor acestora;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare la studenți menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții programului „antrenament sportiv”, ai USFFS vor studia disciplina dată în an IV., sem. viI, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru teoria antrenamentului sportiv; * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de master; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului științe ale sportului pe plan național și internațional; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigativă din domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei antrenamentului sportiv prin prisma fenomenelor epistemologice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de masterat) în ceea ce privește cercetarea științifică în domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască direcțiile prioritare și problemele actuale de cercetare ale teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv; * să cunoască terminologia specifică activității de cercetare științifică, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale a antrenorilor care va fi convertită, în procesul însușirii, în cunoștințe necesare, aplicate în procesul autoinstruirii și transferul acestora sportivilor; * cunoașterea noțiunilor interdisciplinare și complementare în procesul abordărilor științifice, a problemelor actuale de cercetare în tehnologiile și metodele de lucru în domeniul teoriei antrenamentului sportiv; * să cunoască teoriile pedagogice și științifice moderne în domeniul teoriei antrenamentului sportiv precum și tendințele de dezvoltare ale acestora. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de a transfera cunoștințele științifice generale în domeniul teoriei și metodologiei antrenamentului sportiv; * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor; * să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative în utilizarea tehnologiilor didactice în domeniul sportului; * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniul teoriei antrenamentului sportiv, precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor specifice procesului de pregătire a sportivilor. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne;

	<p>* * să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta de cercetare în domeniul teoriei antrenamentului spotiv; * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul general de studiu „Științe ale sportului.”</p>						
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>				
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>Lab</p>	<p>LI</p>
	1	Bazele teoretico metodologice ale cercetării în domeniul activității motrice.	6	2	1		3
	2	Metodologia cercetării activităților corporale – știință autonomă.	8	3	1		4
	3	Premise metodologice cu privire la cercetarea științifică în domeniul culturii fizice și sportului	8	3	1		4
	4	Activitatea de cercetare științifică a specialiștilor din domeniul științei sportului.	12	4	2		6
	5	Metode de cercetare și cunoaștere în domeniul culturii fizice și sportului.	12	4	2		6
	6	Organizarea și desfășurarea cercetării.	12	4	2		6
	7	Tehnologia elaborării tezei de licență.	14	4	3		7
	8	Măsurarea în cercetarea științifică	12	4	2		6
	9	Deontologia cercetării științifice.	6	2	1		3
Total :			90	30	15		45
<p>Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două referate</i> prezentate Power Point, cu tematică la alegere în care se vor evalua cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două</p>						

	sau mai multe subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010. 665 p.</p> <p>2. Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.</p> <p>3. Carp, Ion, Bazele teoretico-metodologice ale activității de cercetare: curs universitar/ Carp Ion, Ababei Radu; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 232 p. ISBN 978-9975-68-310-4.</p> <p>5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005. 420 p.</p> <p>6. Rateau Patrick : Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.</p> <p>7. Rotariu, T., Puț P.: <i>Ancheta sociologică și sondajul de opinie</i>, Ed. Polirom, Iași, 1997</p> <p>8. Popper, Karl, R.: <i>Logica cercetării</i>, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981</p> <p>9. PLATONOV V.N. Periodizarea antrenamentului sportiv. București: Discobolul, 2015. ISBN 978-606-8603-10-0</p> <p>10. Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Iași : PIM, 2013. 373 p.</p> <p>11. Țарос V., Capcelea V. Cercetarea științifică/-Ch. Editura Arc, 2008. – 312 p.</p> <p>12. Волков. Б. С. Методология и методы психологического исследования / Б. С. Волков, В. Волкова, Л. В. Губанов. - М. : Мир : Акал. проект, 2005.</p> <p>13. Железняк Ю.Д. Основы научно-методической деятельности физической культуры и спорте. Мл - Academia, 2002.</p> <p>14. Матвеев Л.И. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. 544 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Carp Ivan



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Bazele statului și dreptului					
Titularul cursului		Manolachi Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Pîrlîi Inna, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 07 A. 48	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Drept	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedradrept@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Bazele statului și dreptului”, se adresează studenților USEFS din anii care au cuprins în planul de învățământ aceste discipline didactice.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul de profil.</p> <p>Cursul „Bazele statului și dreptului” reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculumul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ.</p> <p>Disciplina „Bazele statului și dreptului” este o parte componentă a sistemului general de pregătire a studenților, făcând parte din grupul științelor sociale, politice, juridice etc.</p> <p>Introducerea în drept se constituie în disciplina, care predînduse în primul an de studii:</p> <p>- realizează o deschidere către toate celelalte ramuri și discipline juridice,</p>						

	<p>făcîndcă , de la început, studenții să aibă, în linii mari, imaginea a ceea ce urmează să însușească în cei patru ani de studiu;</p> <ul style="list-style-type: none"> - tinde de la formarea deprinderii studenților de a concepe, studia și apoi, a aplica dreptul în contextul cunoașterii cadrului mai general, interrelațional uman în diploma cunoștință asupra strînsei legături dintre drept și societate, dintre drept și viață; - asigură o bază de cunoștințe necesară celor ce avînd preocupări și înclinații spre cercetare, vor încerca să aprofundeze aspecte filosofice ale dreptului; - în sfîrșit disciplina formează deprinderea la studenți de a urmări ceea ce este esențial în și pentru drept, de a încerca ei însși esențializări și de a depista și înțelege marile articulații ale dreptului ca fenomen și știință.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți : <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat: <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe de comunicare într-o limbă străină: <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de comunicare într-o limbă străină. • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții. 4. Competențe acțional-strategice: <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția societății 5. Competențe interpersonale, civice, morale: <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare: <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gîndire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori): <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii in scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale: <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni cunoștințe și abilități de antreprenoriat în condițiile economiei de piață in scopul autorealizării în domeniul antreprenorial. • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Să demonstreze cunoașterea instituțiilor juridice și esența normelor juridice ce le reglementează. - să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute. - să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice. - să evalueze locul și rolul dreptului din perspectiva propriei specialități. - Să definească, conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu.

- Să cunoască esența, conceptul și trăsăturile statului.
- Să cunoască conceptul, esența și accepțiunile noțiunii de drept.
- Să determine mecanismul de stat.
- Să identifice principiile de bază ale unui stat de drept.
- Să sistematizeze drepturile și îndatoririle fundamentale ale cetățeanului într-un stat de drept.
- Să identifice ramurile de drept și esența lor.
- să analizeze, să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează activitatea - - specialistului în domeniul securității.
- Să explice noțiunile și principiile ce stau la baza statului și dreptului.
- Să analizeze și să definească principiile (legile) ce stau la baza statului și dreptului.
- Să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele de criză, legitățile, particularitățile de acțiune a fiecăruia.
- Să stabilească locul și rolul dreptului în contextul altor științe juridice.
- Să aprecieze importanța ramurilor de drept în evoluția științelor juridice.
- Să aprecieze locul și importanța unor norme și instituții a ramurilor de drept penal, civil, administrativ în comparație cu celelalte ramuri de drept.
- Să propună noi opinii, concepții benefice pentru ameliorarea conținutului normelor sau instituțiilor ramurilor de drept.

Nr	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	Seminar	LI
1	Bazele teoriei generale a statului	5	2	1	2
2	Bazele teoriei generale a dreptului	5	2	1	2
3	Raportul juridic. Relațiile juridice sportive.	5	2	1	2
4	Răspunderea juridică a subiectului de drept.	7	2	1	4
5	Cunoștințe și priceperi în elaborarea și aplicarea legislației sportive. Aplicarea normei în timp și spațiu.	7	2	1	4
6	Aspecte generale privind unele ramuri de drept public	5	2	1	2
7	Aspecte generale privind unele ramuri de drept privat.	7	2	1	4
8	Aspecte generale cu privire la dirijarea culturii fizice și sportului în R.M	7	2	1	4
9	Reglementarea juridică a organizațiilor sportive internaționale	7	2	1	4
10	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă națională	5	2	1	2
11	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă europeană	5	2	1	2
12	Carta olimpică- statutul de bază în funcționarea mișcării olimpice	5	2	1	2
13	Jurisdicția sportivă	6	2	1	3
14	Arbitrajul în sport	7	2	1	4
15	Drepturile cetățenilor în domeniul culturii fizice și sportului	7	2	1	4
Total :		90	30	15	45

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale securității. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele istorice studiate să fie cît mai accesibile studenților. În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atît strategii tradiționale, cît și moderne: <i>expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol</i> etc. Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gîndirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor studenților.</p> <p>Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, hărți, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media). Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor–student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a educației culturale.</p> <p>Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de <i>demers didactic postmodern</i> are un sens amplu și multidimensional, incluzînd, în primul rînd, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățămîntul universitar) și, în al doilea rînd, nivelul microdidactic (ora didactică).</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare–învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.</p> <p>Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.</p> <p>Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina <i>Bazele statului și dreptului</i> constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.</p> <p>În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:</p> <ul style="list-style-type: none"> • proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedeelelor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare–notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise; • măsurarea rezultatelor școlare prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit; • aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate; <ul style="list-style-type: none"> • formularea unor concluzii impuse de interpretarea rezultatelor; • adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.

	<p>In procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de studenți.</p> <p>In cadrul orelor Bazele statului și dreptului, evaluarea va indeplini mai multe funcții, printre care:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>funcția de evidență și control a activității didactice;</i> • <i>funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;</i> • <i>funcția formativă, care este rezultată a înțelegerii de către evaluați a nivelului la care se află în momentul evaluării;</i> • <i>funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.</i> <p>In cadrul procesului educațional deosebit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea internă, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea instituției;</i> • <i>evaluarea externă, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățământ, Ministerul Educației.</i> <p>In funcție de scopurile urmărite, vom aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;</i> • <i>evaluarea formativă, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.</i> <p>Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului Bazele statului și dreptului. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină.</i> <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p style="text-align: center;">I. Acte normative</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Constituția R.M. din 29.07.1994// Monitorul Oficial al R.M., 1994, nr.1. 2. Codul Penal al Republicii Moldova nr. 985 din 18.04.2002, Publicat : 14.04.2009 în Monitorul Oficial Nr. 72-74, art Nr : 195 (http://lex.justice.md/md/331268/) 3. Codul Civil al Republicii Moldova Nr. 1107 din 06.06.2002, Publicat : 22.06.2002 în Monitorul Oficial Nr. 82-86 art Nr : 661 (http://lex.justice.md/md/325085/) 4. Codul Muncii al Republicii Moldova Nr. 154 din 28.03.2003, Publicat : 29.07.2003 în Monitorul Oficial Nr. 159-162 art Nr : 648 (http://lex.justice.md/md/326757/) 5. Codul Contravențional Republicii Moldova Nr. 218 din 24.10.2008, Publicat : 16.01.2009 în Monitorul Oficial Nr. 3-6 art Nr : 15 Data intrării în vigoare : 31.05.2009 (http://lex.justice.md/md/330333/) 6. Declarația Universală a Drepturile Omului, adoptată și proclamată de Adunarea Generală a ONU prin rezoluția 217 (III) din 10 decembrie 1984. <p style="text-align: center;">II. Literatura recomandată</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anghel Ion M. Dreptul tratatelor. Ed. II, București: 2. Aramă E. Istoria dreptului românesc. Chișinău: S.A. Reclama, 2003. 	

3. Aramă E. Problema precedentului în doctrina juridică. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința internațională științificopractică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”, Chișinău, 29 septembrie 2007, p. 15
4. Arseni A. Creangă I., Gurin C. și alții. Constituția Republicii Moldova comentată articol cu articol. Vol. I. Chișinău: Civitas, 2000.
5. Avornic Gh. Caracteristicile unei societăți civile, democratice. Noțiunea și principiile de bază ale democrației. În: Revista Națională de Drept. 2006, nr.12, p. 2-6.
6. Avornic Gh. Conștiința și cultura juridică –condiție indispensabilă a activismului juridic al cetățenilor. În: Revista Națională de Drept. 2006. Nr. 2, p. 17.
7. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. I. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009.
8. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. II. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009.
9. B.Negru., G.Avornic Bazele statului și dreptului. Chișinău,1999.
10. Baieș S., Drept Civil. Partea generală, Chișinău, 1997.
11. Baltag D Teoria raspunderii si responsabilitatilor juridice Chisinau 2007
12. Baltag D. Unitatea de jurisprudență și forma ei obligatorie în evoluția răspunderii de drept. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința internațională științifico-practică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”. Chișinău, 29 septembrie 2007, p.31-37.
13. Baltag D., Guțu A. Teoria generală a dreptului. Curs teoretic. Chișinău: Reclama, 2002.
14. Baltag D., Guțu A., Teoria generală a dreptului, Chișinău, 2002.
15. Baltag Dumitru. Teoria generală a dreptului. Cimișlia: TIPCIM, 1996.
16. Belu C., Dreptul muncii, Ed. Universitaria, Craiova, 2007.
17. Budevici-Puiu Liliana, Dorgan Viorel., „Bazele statului și dreptului. Legislație în sport,Chișinău,2004.
18. Chimu Ș., Țiclea A., Dreptul muncii, București, 1995.
19. Crețu V., Bazele statului și dreptului R.M, „Cartier”, Chișinău, 1997.
20. Djuvara M., Teoria generlă a dreptului, București, 1995.
21. G.Lupu., G. Avornic Teoria generală a statului și dreptului. Chișinău,1998.
22. Miculescu P., Statul de drept., București, 1998.
23. Orlov M., Drept administrativ, Chișinău, 2001.
24. Traian I. Ștefanescu., Tratat de dreptul muncii, Ed. Walters Kluwer, București, 2007.
25. Vrabie G., Teoria generală a statului și dreptului, Iași, 1993.

Data completării: 01.09.2021

Manolachi Victor

Pîrlîi Inna



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Dreptul afacerilor					
Titularul cursului		Ion Țiganaș, dr. în drept, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 07 A. 49	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Drept	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedradrept@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>În actuala perioadă de timp au loc schimbări radicale în toate ramurile economiei naționale, schimbări care necesită crearea unui cadru juridic adecvat. Totodată, edificarea și consolidarea unui stat de drept și constituirea economiei de piață impun, de asemenea, crearea unui fundament juridic riguros.</p> <p>La disciplina "Dreptul afacerilor", conform planului de studii sunt prevăzute un număr suficient de prelegeri și seminare, iar pentru evaluarea cunoștințelor se prevede examen. Evaluarea curentă a cunoștințelor se efectuează la seminare la fiecare temă. În plus, studenții urmează să rezolve spețe și susțin testări înaintea sesiunii de examinare. Scopul primordial al acestui curs este de a familiariza studenții Facultății de Protecție, Pază și Securitate cu aspectele multilaterale și natura juridică a antreprenoriatului.</p> <p>Deasemenea, cursul are menirea de a contribui la formarea unor cunoștințe fundamentale cu privire la raporturile comerciale.</p>						

	<p>Toate aceste competențe sunt necesare pentru obținerea de către fiecare student a cunoștințelor și deprinderilor profesionale, a procedurilor metodice de analiză a fenomenelor juridice în ansamblul interacțiunii acestora cu alte fenomene social-economice legate de activitatea de pază, protecție și securitate.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p>2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. <p>3. Competențe de comunicare într-o limbă străină:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de comunicare într-o limbă străină. • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții. <p>4. Competențe acțional-strategice:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția societății <p>5. Competențe interpersonale, civice, morale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. <p>6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. <p>7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. <p>8. Competențe antreprenoriale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni cunoștințe și abilități de antreprenoriat în condițiile economiei de piață în scopul autorealizării în domeniul antreprenorial. • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să definească noțiunea de dreptul afacerilor; - Să determine obiectivele disciplinei dreptul afacerilor; - Să numească obiectele disciplinei dreptul afacerilor; - Să determine condițiile de aplicare a normelor privind dreptul afacerilor; - Să determine cazurile de încălcare a legislației privind activitatea de întreprinzător; - Să relateze despre diverse modalități de apărare a drepturilor asociaților. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să determine corelația dintre aspectele economice și cele juridice; - Să descrie procesul de înregistrare a unei societăți comerciale; - Să determine modul de obținere a licenței pentru desfășurarea unor genuri de activitate; - Să numească metodele și mijloacele prin care poate fi desfășurată concurența neeloială;

	<p>- Să descrie procesul de introducere a capitalului și de fondare a întreprinderilor cu capital străin;</p> <p>- Să determine etapele de desfășurare a activității burselor de mărfuri și a burselor de valori;</p> <p>- Să descrie facilitățile fiscale și vamale ale societăților comerciale rezidente ale zonelor economice libere.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare</p> <p>- Să aprecieze rolul dezvoltării sistemului de impozitare asupra agenților economici;</p> <p>- Să aprecieze importanța implicării statului în activitățile economice;</p> <p>- Să elaboreze strategii de dezvoltare a societăților comerciale;</p> <p>- Să elaboreze o concepție a business-planului de afaceri.</p>					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere în dreptul afacerilor	5	2	1	2
	2	Activitatea de întreprinzător	5	2	1	2
	3	Subiecții dreptului afacerilor	5	2	1	2
	4	Constituirea și funcționarea societăților comerciale	7	2	1	4
	5	Regimul juridic al patrimoniului societății comerciale	7	2	1	4
	6	Reorganizarea și lichidarea societăților comerciale	5	2	1	2
	7	Societățile de persoane	7	2	1	4
	8	Societatea cu răspundere limitată	7	2	1	4
	9	Societatea pe acțiuni	7	2	1	4
	10	Societățile cooperatiste	5	2	1	2
	11	Întreprinderea de stat și municipală	5	2	1	2
	12	Structurile și uniunile de persoane	5	2	1	2
	13	Reglementarea juridică a unor genuri de activitate	6	2	1	3
	14	Reglementarea juridică a unor genuri de activitate	7	2	1	4
15	Contractele comerciale	7	2	1	4	
	Total :	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale securității. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele istorice studiate să fie cît mai accesibile studenților. În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atît strategii tradiționale, cît și moderne: <i>expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol</i> etc. Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gîndirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor studenților.</p>					

	<p>Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, hărți, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media). Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor–student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a educației culturale.</p> <p>Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de <i>demers didactic postmodern</i> are un sens amplu și multidimensional, incluzînd, în primul rînd, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățămîntul universitar) și, în al doilea rînd, nivelul microdidactic (ora didactică).</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare–învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.</p> <p>Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.</p> <p>Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina <i>Bazele statului și dreptului</i> constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.</p> <p>În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedeeelor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare-notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise;</i> • <i>măsurarea rezultatelor școlare prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit;</i> • <i>aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate;</i> • <i>formularea unor concluzii impuse de interpretarea rezultatelor;</i> • <i>adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.</i> <p>În procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de studenți.</p> <p>In cadrul orelor Dreptului afacerilor, evaluarea va indeplini mai multe funcții, printre care:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>funcția de evidență și control a activității didactice;</i> • <i>funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;</i> • <i>funcția formativă, care este rezultată a înțelegerii de către evaluați a nivelului la care se află în momentul evaluării;</i> • <i>funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.</i> <p>In cadrul procesului educațional deosebit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea internă, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea instituției;</i> • <i>evaluarea externă, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățămînt, Ministerul Educației.</i> <p>In funcție de scopurile urmărite, vom aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de</i>

	<p>evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. <p>Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului <i>Bazele statului și dreptului</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Codul civil al Republicii Moldova. 2. Legea privind bursele de mărfuri. 1. Legea privind prețul normativ și modul de vânzare-cumpărare a pămîntului. 2. Legea cadastrului bunurilor imobile. 3. Legea cu privire la protecția consumatorilor. 4. Legea cu privire la Banca Națională a Moldovei. 5. Legea instituțiilor financiare. 6. Legea cu privire la asigurări. 7. Legea cu privire la franchising. 8. Legea privind dreptul de autor și drepturile conexe. 9. Legea privind protecția mărcilor. 1. Angheli, S., <i>Drept comercial</i>, București, 2000. 2. Baieș, S., Roșca, N., <i>Drept civil. Sceme</i>, Chișinău, 2016. 3. Cărpenu, S., <i>Drept comercial român</i>, București, 1998. 4. Chibac, Gh., Băieșu, A., Rotari, Al., Efrim, O., <i>Drept civil. Contracte speciale</i>, Chișinău, 2005. 5. Mihaela, G., <i>Tranzacții bursiere: piețele futures și de opțiuni</i>, București, 1995 6. Romul, P., <i>Drept comercial</i>, București, 2000. 7. Roș, V., <i>Dreptul proprietății industriale</i>, București, 2004. 8. Roș, V., <i>Dreptul proprietății intelectuale. Dreptul de autor și drepturile conexe</i>, București, 2005. 9. Roșca, N., Baieș, S., <i>Dreptul afacerilor. Sceme</i>, Chișinău, 2001. 10. Roșca, N., Baieș, S., <i>Dreptul afacerilor. Vol. II</i>, Chișinău, 2006. 11. Toader, C., <i>Manual de contracte civile speciale</i>, București, 2000. 12. Витрянский, В., <i>Договор купли-продажи</i>, Москва, 2000 13. Ершова, И., <i>Предпринимательское право</i>, Москва, 1999 14. Лаптев, В., <i>Акционерное право</i>, Москва, 1999. 15. Сергеев А., <i>Право интеллектуальной собственности в Российской Федерации</i>. М., 2005. 16. Тарасов, И., <i>Учение об акционерных компаниях</i>, Москва, 2007. 	



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Bazele teoriei economice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei, dr. în economie, conf. univ. Carp Ana, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 07 A.50	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Teoria economică, componentă fundamentală a științei economice, are funcția instructiv-educativă, ce permite studenților, viitorilor specialiști să-și formeze o gândire complexă, coerentă și critică cu privire la modul de funcționare a economiei contemporane.</p> <p>Domeniul de studiu al teoriei economice este sistemul activității economice în integritatea sa.</p> <p>Teoria economică are drept obiectiv tratarea conceptelor de bază și a regularităților ce definesc activitățile economice contemporane, privite prin prisma comportamentelor individuale ale participanților.</p> <p>Cursul „Bazele teoriei economice” are drept scop: formarea unui traseu cognitiv riguros și complex, axat pe gândirea logică a categoriilor economice centrale.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în contact direct cu problemele economice reale, pe baza prelucrării și interpretării unui bogat material factual, de informații cu ajutorul cărora va fundamenta și formula, pe termen lung și mediu, politici</p>						

	<p>și strategii și va elabora sinteze privind dezvoltarea economiei. Cunoștințele și aptitudinile obținute reprezintă totodată un fundament necesar pentru studierea altor discipline economice și obținerii unei specializări mai înguste.</p> <p>Astfel, curriculumul prezentat include cele trei niveluri comportamentale pe care se bazează formarea profesională: <i>cunoaștere, aplicare și integrare</i>.</p> <p>Structura cursului este elaborată, ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de <i>la Bologna</i>.</p> <p>Pentru studenții planul de studii prevede 90 de ore în total dintre care 45 – contact direct și 45 – lucrul individual. Studierea disciplinei „<i>Bazele teoriei economice</i>” prevede acumularea a 3 credite. Cursul dat este prevăzut pentru sem. I. Pe parcursul semestrului studenții susțin 2 testări. De asemenea la fiecare lecție studenților li se propune un anumit lucru individual : analiza unui proces sau fenomen economic, delimitarea și definirea anumitor categorii economice, soluționarea testelor și a problemelor și elaborarea unui referat, tematica cărora a fost elaborată și aprobată la ședința catedrei Managementul Culturii Fizice. Semestrul se finalizează cu examen, materialele cărui cuprind toată informația studiată pe parcursul semestrului.</p> <p>Forma de bază de studii a studenților de la secția cu frecvență redusă este lucrul individual. În ajutorul studenților se organizează prelegeri, seminare, testări, consultații. Planul de studii prevede pentru studenții de la secția cu frecvență redusă în sem. I – 10 ore prelegeri și 10 seminare. Studenții susțin la obiectul dat o lucrare de control, formată din întrebări teoretice, teste și probleme; elaborarea unui referat pe teme propuse de catedră și examen, materialele cărui cuprind toată informația studiată pe parcursul semestrului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplicarea cunoștințelor de bază ale economiei, adecvate în diverse situații profesionale și de viață; ▪ Utilizarea cunoștințelor din domeniul economiei (legi, modele) pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte asociate domeniului profesional; ▪ Cunoașterea și implementarea politicilor de economie și management în viața de zi cu zi și în domeniul profesional; ▪ Cunoașterea cadrului legislativ de inițiere a organizațiilor sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. ▪ Dezvoltarea capacității de a lucra independent sau în echipă pentru rezolvarea de probleme în contexte profesionale definite, dobândirea capacității de a decide și acționa în situații de criză;
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază despre activitatea economică și management; ▪ să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; ▪ să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să evidențieze factorii a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; ▪ să clasifice premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială; ▪ să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; ▪ să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Știința economică și doctrinele economice.	12	4	2	6
	2	Activitatea economică și agenții economici.	12	4	2	6
	3	Factorii de producție	6	2	1	3
	4	Economia instituțională. Sistemele de organizare a activității economice.	6	2	1	3
	5	Piața și elementele ei. Prețul și concurența.	12	4	2	6
	6	Costul de producție	6	2	1	3
	7	Banii, Creditul și sistemul bancar.	6	2	1	3
	8	Recompensarea factorilor de producție și formele veniturilor	6	2	1	3
	9	Rolul statului în economia contemporană	6	2	1	3
	10	Macroeconomia și principalii indicatori.	6	2	1	3
	11	Fluctuațiile activității economice și creșterea economică	6	2	1	3
12	Economia mondială. Interdependențele economice internaționale.	6	2	1	3	
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategii centrate pe activitatea profesorului și pe acțiunea de predare: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii discursive și explicative • Strategii discursive și conversative • Strategii discursive și demonstrative ▪ Strategii centrate pe activitatea de învățare și interacțiune: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii bazate pe cercetare și explorare (cercetări investigative) • Strategii problematizante • Strategii bazate pe utilizarea modelelor • Strategii centrate pe construirea de proiect 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin, <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. AMBROSI, N., BUDEVICI-PUIU, A., CARP, A., CUȘNERIOV, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului. Curs universitar pentru alolingvi</i>. USEFS Chișinău S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0.</p> <p>2. CARP, A., BUDEVICI-PUIU, A. <i>Economia culturii fizice: curs universitar</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2016, 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5.</p> <p>3. COJUHARI, A., CHILDESCU, V. <i>Teorie economică</i>. Chișinău: UTM, 2012, 416 p.</p> <p>4. FILIP, N., SOROCEAN, O. <i>Teorie economică. Curs universitar. V-II</i>. Chișinău, 2011. 341 p. ISBN 978-9975-4209-1-4.</p> <p>5. GHERASIM, T. <i>Microeconomie (V. I-II)</i>. București: Ed. Economica, 1993.</p> <p>6. GOGONEAȚĂ, C., GOGONEAȚĂ, A. <i>Economia politică. Teorie micro și macroeconomică, politici economice</i>. București, 1993.</p> <p>7. GROSU, M. <i>Economie politică (fundamente de teorie economică)</i>. Chișinău: Evrica, 2001, 208 p. ISBN 9975-941-79-6.</p> <p>8. HĂMURARU, M., ȚĂRUȘ, V., CAPSÎZU, V. <i>Teorie economică. Macroeconomie. Concepte și aplicații. Suport de curs</i>. Chișinău: Editura Centrul Editorial Poligrafic USM, 2013, 290 p., ISBN 978-9975-71-005-3.</p> <p>9. <i>Metodele teoriei economice</i>. [Accesat 01.09.2021] Disponibil: https://www.studocu.com/row/document/academia-de-studii-economice-din-moldova/metodele-teoriei-economice/metodele-teoriei-economice/6316091</p> <p>10. MOLDOVANU, D. <i>Curs de Teorie Economică</i>. Chișinău 2006.</p> <p>11. OPRESCU, G. <i>Microeconomie, macroeconomie</i>. București: Ed. ALL, 1993.</p> <p>12. STANCU, S., ANDREI, T. <i>Microeconomie</i>. București, 1997.</p> <p>13. TOMȘA, A. (coordonator) <i>Teorie economică. V. II „Macroeconomie”</i>, F.E.-P „Tipografia Centrală”, Chișinău, 2013, 332 p.</p> <p>14. ZBÂRCIOG, V. <i>Microeconomie (teoria și aplicații)</i>. Chișinău, 1996.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Cușneriov Alexei

Carp Ana



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Economica culturii fizice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei, dr. în economie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 07 A.51	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>„Economia culturii fizice,, este o disciplină aplicată care face parte din complexul de științe economice care studiază activitățile economice ale entităților economice individuale și ale societății în ansamblu pentru a înțelege și explica natura acestei activități, a prezice procesele economice și reglementează-le. Mai precis, economia culturii fizice și sportului este o știință care studiază metode de rezolvare a problemelor practice care apar în domeniul relațiilor sportive legate de utilizarea resurselor materiale, de muncă, financiare și de altă natură la nivelul organizațiilor sportive individuale și al societății. ca un intreg, per total.</p> <p>Cultură fizică și sport este o ramură a economiei naționale, a cărei principală funcție economică este producerea de servicii sportive. În domeniul culturii fizice și al sportului, este necesar să se facă distincția între lucrătorii care oferă servicii sportive și toți cei care, în timp ce se angajează în cultura fizică și sport, consumă, utilizează aceste servicii.</p> <p>Educația fizică și sportul sunt destinate consumului personal. Acest consum este realizat în diverse forme și necesită costul: o anumită cantitate de bogăție materială, timp, efort fizic și mental. În același timp, serviciile sunt create în forma lor pură, care</p>						

	este legată de activitatea de întreținere a consumului personal. Aceste servicii nu sunt furnizate de consumatorii înșiși (sportivi, atleți), ci de persoane speciale, de lucrători în domeniul culturii fizice, pentru care serviciile sportive sunt productive, activități de lucru.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea și formularea problemelor economice care apar în procesul dezvoltării relațiilor economice în domeniul culturii fizice și sportului, precum și să indice modalități de rezolvare a acestora; ▪ Utilizarea cunoștințelor din domeniul economiei (legi, modele) pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte asociate domeniului profesional; ▪ Generarea de noi cunoștințe și cercetări în domeniul economiei activității fizice și sportului; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; ▪ Dezvoltarea capacității de a lucra independent sau în echipă pentru rezolvarea de probleme în contexte profesionale definite, dobândirea capacității de a decide și acționa în situații de criză; 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază despre activitatea economică și management; ▪ să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; ▪ să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să evidențieze factorii a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; ▪ să clasifice premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială; ▪ să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; ▪ să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; ▪ să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Știința economică și doctrinele economice.	12	4	2	6
	2	Bazele teoretico-metodologice ale economiei educației fizice	12	4	2	6
	3	Rolul economic al activităților de educație fizică și sport	12	4	2	6
	4	Finanțarea culturii fizice și sportului	6	2	1	3
	5	Impactul economic al evenimentelor sportive	6	2	1	3
	6	Economia antreprenorială în cultura fizică	6	2	1	3
	7	Planuri de afaceri în industria sportivă	6	2	1	3
8	Norme financiare pentru activitatea financiară	6	2	1	3	

	9	Activitatea economică a organizațiilor sportive din Republica Moldova	6	2	1	3
	10	Politici de finanțare în domeniul sportului	6	2	1	3
	11	Eficiența economică a culturii fizice	6	2	1	3
	12	Modele europene de guvernare ale sportului	6	2	1	3
	Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategii centrate pe activitatea profesorului și pe acțiunea de predare: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii discursive și explicative • Strategii discursive și conversative • Strategii discursive și demonstrative ▪ Strategii centrate pe activitatea de învățare și interacțiune: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii bazate pe cercetare și explorare (cercetări investigative) • Strategii problematizante • Strategii bazate pe utilizarea modelelor • Strategii centrate pe construirea de proiect 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin, <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ambrosi, N., Budevici-Puiu, A., carp, A., Cușneriov, A. Bazele economiei culturii fizice și sportului. curs universitar pentru alolingvi. USEFS Chișinău: s.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0. 2. Carp, A., Budevici-Puiu, A. Economia culturii fizice: Curs universitar. USEFS Chișinău: S.N., 2016, 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5. 3. Cojuhari. A., Childescu, V. Teorie economică. Chișinău: UTM, 2012, 416 p. 4. Filip, N., Sorocean, O. Teorie economică. Curs universitar. V-II. Chișinău, 2011, 341 p. ISBN 978-9975-4209-1-4. 5. Gherasim, T. Microeconomie (V. I-II). București: Ed. economica, 1993 6. Gogoneață, C., Gogoneață, A. Economia politică. Teorie micro și macroeconomică, Politici economice. București, 1993. 7. Grosu, M. Economie politică (fundamente de teorie economică). Chișinău: Evrica. 2001, 208 p. ISBN 9975-941-79-6. 8. Hămuraru, M., Țăruș, V., Capsîzu, V. Teorie economică. macroeconomie. concepte și aplicații. suport de curs. chișinău: Editura centrul editorial poligrafic USM, 2013. 290 p., ISBN 978-9975-71-005-3. 					

	<p>9. Metodele teoriei economice. [accesat 01.09.2021] disponibil: https://www.studocu.com/row/document/academia-de-studii-economice-din-moldova/metodele-teoriei-economice/metodele-teoriei-economice/6316091</p> <p>10. Moldovanu, D. Curs de teorie economică. Chișinău 2006.</p> <p>11. Oprescu, G. Microeconomie, macroeconomie. București: ED. ALL, 1993.</p> <p>12. Stancu, S., Andrei, T. Microeconomie. București, 1997.</p> <p>13. Tomșa, A. (coordonator) Teorie economică. V. II „MACROECONOMIE”, F.E.-P „Tipografia centrală”, Chișinău, 2013, 332 p.</p> <p>14. Zbârnciog, V. Microeconomie (Teoria și aplicații). Chișinău, 1996.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Cușneriov Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă - II ASPSA – II (jocurile sportive)					
Titularu cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Sîrghi Serghei, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Conohova Tatiana, dr. în pedagogie, conf. univ. Tăbîrța Vasile, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S. 07 O.52	Anul	IV	Semestrul	7
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S - componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	20	-	40	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă – II” (Jocurile sportive), este elaborată conform Planului de învățământ la <i>Specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv</i>.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul jocurilor sportive și a sportului.</p> <p>Curriculum-ul a fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat istorie, cultură fizică, sport, bazele și teoriile metodicii de antrenament sportiv și cu specificul jocurilor sportive, elemente fundamentale ale tehnicii și tacticii jocurilor sportive, principii, caracteristici, cerințe, metode, mijloace și structurări ale</p>						

	<p>antrenamentului și axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ.</p> <p>Structura cursului este elaborată ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de la Bologna.</p> <p>Cursul „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă – II” (jocurile sportive), reprezintă un compartament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculum-ul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculum-ul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării sportive - social - economice.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina dată în anul IV, semestrul 7, 120 de ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite (ECTS).</p> <p>Din acest motiv, curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor sportive, școlilor sportive, liceele cu profil sportiv cu sportivii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului sportiv la proba de jocuri sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire la proba de jocuri sportive; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul jocurilor sportive (ex: fotbal, baschet, volei, fotbal în sală, tenis de masă, tenis de câmp, badminton, rugby etc.); • Cunoașterea definiției și capacitatea de performanță, metodicii dezvoltării aptitudinilor motrice; definiției și caracteristicii formei sportive; structurii antrenamentului sportiv; programării, proiectării, planificării antrenamentului sportiv; necesităților și tipurilor de evaluare în antrenamentul sportiv; clasificării, programării și pregătirii către competițiile la proba de jocuri sportive; • Susținerea și promovarea organizării competițiilor sportive la proba de jocuri sportive; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv la proba de jocuri sportive în corespundere cu proba de joc sportiv practicat; • Aplicarea procedeele tehnice și tactice în corespundere cu specificul probei de jocuri sportive; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile sportive, școli sportive, liceele cu profil sportiv la proba de jocuri sportive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive; ▪ să caracterizeze tipurile de jocuri sportive; ▪ să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor la jocuri sportive; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică unul dintre jocurile sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedeele de tehnica și tactică în jocurile sportive; ▪ să explice prin ce se caracterizează performanța sportivă; ▪ să explice care sunt aptitudinile motrice (definiția) și metodica dezvoltării; ▪ să explice periodizarea, conținutul, durata și structura perioadelor de pregătire; ▪ să explice macrostructura, mezostructura, microstructura antrenamentului sportiv;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică unul dintre jocurile sportive; ▪ să explice despre programare și planificare a antrenamentului sportiv; ▪ să explice despre scopul și locul evaluării complexe în antrenamentul sportiv; ▪ să explice clasificarea, programarea și pregătirea către competiții; ▪ să analizeze și să explice pregătirea profesională a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul competițiilor la proba de jocuri sportive la diferite categorii de vârstă. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura antrenamentului sportiv la proba de jocuri sportive; ▪ să îmbine topografia și orientarea profesională în procesul de pregătire a sportivilor la proba de jocuri sportive; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică una dintre probe la jocuri sportive; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de sport (jocuri sportive). 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
	Total	Curs	LP	LI		
	1	1. Performanța sportivă. 1.1. Structura capacității de performanță. Bazele morfo-funcționale ale performanței sportive. Capacitatea psihică. Diagnoza, prognoza, selecția.	7	3	4	8
	2	2. Teoria și metodică dezvoltării aptitudinilor motrice. 2.2. Teoria și metodică dezvoltării vitezei și capacităților coordinative. Teoria dezvoltării forței, rezistenței și flexibilității.	9	3	6	8
	3	3. Forma sportivă și periodizarea antrenamentului sportiv. 3.3. Forma sportivă. Definiție și caracteristici. Periodizarea antrenamentului sportiv. Conținutul, durata și structura perioadelor de pregătire.	8	2	6	8
	4	4. Structura antrenamentului sportiv. 4.4. Macrostructura antrenamentului. Mezostructura antrenamentului. Microstructura antrenamentului.	8	2	6	8
	5	5. Programarea, proiectarea și planificarea antrenamentului sportiv. 5.5. Programarea antrenamentului sportiv. Planificarea antrenamentului.	10	2	8	8
	6	6. Evaluarea în antrenamentul sportiv. 6.6. Necesitatea, scopul și locul evaluării complexe în antrenamentul sportiv. Tipurile de evaluare.	8	4	4	10
7	7. Clasificarea competițiilor. Programarea competițiilor. Pregătirea pentru participarea în competiții.	10	4	6	10	

	7.7. Competițiile sportive.	60	20	40	60
	Total :	60	20	40	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale, meciurile amicale la proba de jocuri sportive.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială - diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă - dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teste la proba sportivă aleasă ce cuprind cele trei nivele (<i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală - sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (<i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%			
	Nota pentru evaluarea finală	40%			
	Nota evaluarea curentă	20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și lecții practice	20%			
	Nota lucrul individual	20%			
Referințe bibliografice	<p style="text-align: center;">Fotbal</p> <ol style="list-style-type: none"> Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p. <p style="text-align: center;">Volei</p> <ol style="list-style-type: none"> Ciorba C și coautori "Jocuri sportive. Curs de bază. (lecții teoretice)". Chișinău, „Valinex” SA, 2007.; Conohova T., Păcuraru A. "Teoria și metodică jocului de volei". Editura PIM, Iași, 2014, 145p. Niculescu, Ionela. "Volei", Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p.; 				

Handbal

1. Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p.
2. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7, 150 p.
3. Игнатъева В.Я. Многолетняя подготовка гандболистов в детско – юношеских спортивных школах. Метод. пособие. М.: Советский спорт. 2004. ISBN 5-85-009-864-X, 216 с.

Rugby

1. Ciorbă C., Tăbîrța V., Bragarencu N. și alți colab. Jocuri sportive. Ghid metodic. Chișinău 2016, Tipogr. „Valinex” SRL, 99 p.
2. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p.
3. Tăbîrța V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p.

Baschet

1. Ciorbă C., Rotaru A., Cucereavii O. Jocuri sportive, curs de bază (lecții teoretice). – Chișinău, 2007. 152 p.
2. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. –147 p.
3. Ciorbă C., Rotaru A., Jocuri Sportive – Ghid metodic. Chișinău, 2016, P. 7 – 25

Tenis de masă

5. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.
6. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с.5-9.
7. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.
8. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

Badminton

1. Berud Volkek Brahnis. Badminton – antrenament, tactica, competiție, 2011.
2. Gheorghe Tomas. Arta badmintonului, 2012.
3. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011.

Tenis de câmp

1. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государств-участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22.
2. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006.
3. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena

Sîrghi Serghei

Conohova Tatiana

Tăbîrța Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă II ASPSA II (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ. Dercacenco I., dr. în pedagogie, conf. univ. Postolachi A., asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul disciplinei	S 07 O.52	Anul	4	Semestrul	7
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S-componenta de orientarea spre o specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual-prelegeri)					
e-mail	catedra.psi_usefs. md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15		45	60	
Nota de prezentare	Disciplina de studii „Antrenament Sportiv în proba sportivă aleasă-II” (probe sportive individuale) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul general de studiu ”Antrenor Sportiv, în cadrul facultății de Sport al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Modernizarea curriculumului universitar din învățământul superior și Procesului Bologna prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile curriculumului angajează - consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană. Acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice. Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele						

	<p>planului de învățământ: Acest proces organizat în cadrul disciplinei: Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă-II,(ASPSA-II) are drept scop perfecționarea și modernizarea strategiilor eficiente a situațiilor critice de angajări competiționale, dobândirea aptitudinilor de acțiuni tehnice realizează prin instruire și antrenament, prin practicarea procedeele de luptă, demonstrarea corectă a procedeele, unde evidențiază următoarele capacități: curaj, îndrăzneală, inițiativă, rezistență, dorință, echilibru fizic și psihic.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul de formare profesională a antrenorului sportiv, de a fi capabili de a utiliza exercițiile fizice, procedeele tehnice din probele de lupte în cadrul activităților desfășurate; • obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul ”Formarea specialiștilor antrenori” prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea principiilor antrenamentului sportiv, factorilor antrenamentului sportiv, conceptele de planificare a antrenamentului sportiv, care va asigura buna desfășurare a diferitelor forme de lecții; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an IV., sem. VII, 120 ore, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea deprinderilor și priceperilor antrenamentului practic în diferite situații extremale, sub influența altor factori ca: auditoriu, sala, zgomot, oboseala, suporteri. • Formarea deprinderilor pedagogice de bază pentru elaborarea planului anual și multianual, desfășurarea antrenamentului tip concurs competițiilor sportive, în menționare condiției fizice personale. • Aplicarea fundamentelor teoretice în planificarea și evaluarea progresului înregistrat de sportivi în cadrul antrenamentelor sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a procesului de antrenament sportiv; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire a lecțiilor de antrenament sportiv; • Proiectarea unor lecții și antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovatoare apărute în domeniul ”Antrenamentului Sportiv”. • Asigurarea unui management eficace al relațiilor în cadrul lecțiilor de antrenament sportiv cu copiii. <p style="text-align: center;">Componențe psihomotorii:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Educația memoriei operative sub toate forme de manifestare a ei (auditivă, vizuală, motrică, verbală). • Formarea deprinderilor de a demonstra acțiunile tehnico-tactice în RSA. • Formarea priceperilor de a planifica antrenamentul sportiv în RSA.

	<ul style="list-style-type: none"> • Formarea deprinderilor profesional-pedagogice de bază pentru desfășurarea lecției de antrenament. • Formarea priceperilor de elaborare a planurilor pe termen lung. • Formarea priceperilor metodice alegerii și predării antrenamentului sportiv în RSA. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul lecțiilor și antrenamentelor sportive al elevilor; • Aplicarea procedeelor tehnice în corespundere cu specificul probei; 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să cunoască noțiuni de bază de planificare, periodizare antrenamentului sportiv ▪ Să posede cunoștințe practice în elaborarea planului de pregătire pe termen lung ▪ Să cunoască bine denumirea procedeelor clasificate pe gupe; ▪ Să posede cunoștințe practice în desfășurarea tipurilor și formelor de lecții de antrenament; ▪ Să definească noțiunile principale ale disciplinei; ▪ Cunoașterea și utilizarea adecvată a noțiunilor specifice disciplinei. ▪ Să identifice tipurile lecțiilor de antrenament; ▪ Să caracterizeze formele de antrenament; ▪ Să determine greșelile frecvente întâlnite prin efectuarea acțiunilor tehnice în proba sportivă aleasă; ▪ Să caracterizeze procesul de pregătire a sportivului ce practică una din proba sporturilor alese. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să determine procedee din poziția de sus și parter; ▪ Explicarea și interpretare unui plan de pregătire precum și a conținuturilor teoretice și practice ale probei sportive alese; ▪ Să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică unul din sporturile alese; ▪ Să analizeze și să explice pregătirea individuală a unui elev; ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul însușirii tehnicii. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să explice esența și structura unui plan de pregătire anuală, multianuală la băieți și fete; ▪ Să îmbine topografia și orientarea sportivă în procesul de pregătire; ▪ Să respecte criteriile antrenamentului sportiv în PSA. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Planificarea antrenamentului sportiv în RSA.	13	2	5	6
	2	Periodizarea antrenamentului sportiv în RSA.	13	1	6	6
	3	Compartimentele planului anual. Însușirea acțiunilor tehnice prin combinare. Însușirea acțiunilor tehnice prin atac, contraatac și apărare.	16	2	6	8
	4	Evaluarea progresului înregistrat de sportivi-în RSA. Tipuri de lecții de antrenament. Forme de lecții de antrenament. Greșelile frecvente întâlnite prin efectuarea acțiunilor tehnice. Însușirea	16	2	6	8

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		acțiunilor tehnice în RSA.				
	5	Plan de pregătire pe termen lung. Alcătuirea obiectivelor planului pe termen lung de pregătire. Componentele principale a pregătirii sportive. Pregătirea fizică în RSA. Rolul calitățile fizice și capacitățile motrice specifice în RSA.	16	2	6	8
	6	Particularitățile pregătirii fetelor în RSA. Reflectarea unui plan de pregătire (băieți, fete).	16	2	6	8
	7	Teoria și metodica dezvoltării capacităților motrice (forța, viteza, rezistența, coordonarea, suplețea ect.) în RSA.	14	2	4	8
	8	Reciprocitatea dintre pregătirea fizică și tehnică în RSA. Greșelile frecvente întâlnite la executarea acțiunilor tehnice.	16	2	6	8
		Total :	120	15	45	60
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina: „Antrenamentul sportiv în ramura sportivă aleasă-II” are ca scop principal dezvoltarea la viitorii specialiști în domeniul sportului a capacităților de personalitate, priceperilor rațiunii creatoare. Caracterul metodico-instructiv al lecțiilor din cadrul cursului vizează lărgirea la studenți a diferitor interese și potențialului creativ al personalității pedagogului, formarea priceperilor de abordare a activității pedagogice la nivelul de inovații și inventivității.</p> <p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a problemelor numite abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și trans disciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p><i>1. Evaluarea inițială/diagnostică</i>, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p><i>2. Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p><i>3. Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					

Stabilire a note ifinale (pondera exprimatãîn %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare a curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
<p>Cerințe minime de promovare (pentru nota 5): Evaluarea studenților se vafa ceînfuncție de nivelul cunoștințe lor acumulate, defelul cum le-ai acumulat (altfel spus, dacă au citit bibliografia aferentă cursului) Sau rezumat nu mai la notele de cursși la cea ce aure ținut la seminar) și demaniera de prezentarea a cestora, de cunoaștere a bibliografiei problemei.</p>		<p>Cerințe maxi mede promovare (pentru nota10): Studenții trebuie să facă dovada căștiusă stabileas cău npogram de lecție, antrenament corect în concordanță cu particularitățile disciplinelor sportive și căpotîntocmi un referat științific.</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ardeleanu T., Particularitățile dezvoltării calităților motrice, I.E.F.S, București, 1982. 2. Ballery L., Pregătirea fizică în lupte, în Ce spun specialiștii despre lupte?, București, 1975, p.66-69. 3. Busuioc S. Combinarea mijloacelor din lupta națională moldovenească ”trânta” cu mijloacele din ramurile de luptă internațională pentru ridicarea nivelului de pregătire fizică a studenților: autoreferatul tezei de doctor. - Chișinău, 1997. 21 p. 4. Butenko B.I., Sicev I.Z., Despre dezvoltarea vitezei la luptătorii juniori, în Ce spun specialiștii despre lupte?, București, 1973, Vol.I., p.71-84. 5. Cârstea Gh. Educația fizică. Teoria și bazele metodicii, A.N.E.F.S., București, 1996. 6. Cârstea Gh., Programarea și planificarea în educația fizică și sportivă școlară, Editura Universul, București, 1993. 7. Cârstea Gh., Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Universul, București, 1993. 8. Cârstea Gh., Teoria și metodică educației fizice și sportului, Notedecurs, Editura Universul, București, 1991. 9. Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere și greco-romane. Curs de bază. Chișinău-2016, 160 pag. 10. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane, instruirea juniorilor, Editura Sport-Turism, București, 1981. 11. Cișmaș Gh., Luptele greco-romane. Elemente de teorie și metodică de antrenament, Editura Sport-Turism, București, 1987. 12. Cișmaș Gh. Lupte libere-Lupte greco-romane. Curs de bază, IEFS, București, 1996. 13. Cișmaș Gh. Tehnica luptelor greco-romane, Editura Sport-Turism, București, 1988. 14. Cotorcea A., Polevaia-Secărianu A., Rolul combinării optimale a mijloacelor de antrenament și competiționale din diferite probe de lupte în procesul de pregătire a judocanilor., Chișinău 2013 p.162-167 15. Dragnea A. Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice, ANEFS, București, 1991. 16. Manolachi V. Sporturi de luptă-Teorie și metodică (lupte lelibere, greco-romane, judo), INEFS, Chișinău, 2003. 17. Petrov R., <i>Lupte libere</i>, Editura Stadion, București, 1973 18. Postolachi A., Grosu V., Gîlcă M. Analiza evaluării sportivilor de lupte libere la Campionatele Naționale și Cam-le Mondiale Universitare. Chișinău, IRIM 2019, pag. 96 19. Șiclovan I. Teoria și metodică educației fizice și sportului, Editura Sport-Turism, București, 1982. 20. Triboi V. Teoria și metodică antrenamentului sportiv . Curs Universitar . Chișinău , Editura USEFS , 2010 . 	

	<p>21. Triboi V., Teoria educației fizice și sportului. Chișinău-2014, 200 pag.</p> <p>22. Бусуйок С.Л. Основы Теории и Методики Физической Культуры: (pentru uzul studenților) С.Л. Бусуйок, П.В. Побурный; Гос. ун-т физ.воспитания и спорта Кишинэу: USEFS. 2016. 352 с. (ISBN 978-9975-131-29-2).</p> <p>23. Деркаченко, И.В. Планирование тренировочного процесса с применением средств и методов легкой атлетики для развития специальных качеств у кикбоксеров – универсалов: Монография / И.В. Деркаченко – Тирасполь: ПГУ, 2021 – 160 р. (ISBN 978-9975-3491-2-3)</p> <p>24. Заяшников, С.И. Тайский бокс/С.И. Заяшников.-Москва:Терра Спорт, 2002. 166 с. Текст: непосредственный.</p> <p>25. Иванов, А.Д. Кикбоксинг/ А.Д. Иванов. Киев: Перун, 1995. 312 с. Текст: непосредственный.</p> <p>26. Мруц И., Данаил С. Бусуёк С., Постолаки А. Исследование показателей специфической работоспособности борцов вольного стиля, различной квалификации и весовой категории. În: Științaculturiifizice. 2011, nr. 7/1, 57-60. ISSN 1857-4114</p> <p>27. Шахмурадов Ю.А. Вольная борьба, Научно-методические основы многолетней подготовки борцов, «Высшая школа», 1997. 189 с. ISBN 5-06-003450-X.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

Polevaia-Secăreanu A.

Dercacenco Ivan

Postolache Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă II ASPSA II (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Scortenschi Dmitri, dr. în științe pedagogice, lect. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 07 O. 52	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		120	
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra- natație@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă II (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Antrenament sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Scopul programei curriculare la disciplina „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă II” constă în obținerea de către studenți a cunoștințelor, priceperilor și deprinderilor necesare pentru activitatea profesional-pedagogică, de antrenorat și organizațională la instruirea înotului în masă, precum și la pregătirea sportivilor cu diferită calificare în cadrul instituțiilor de învățământ, educație fizică și sport.</p> <p><i>Curriculumul este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor - viitori antrenori de înot, capabili de a utiliza componentele 						

	<p>antrenamentului sportiv în natație, pentru desfășurate eficiență a pregătirii sportivilor în cadrul școlilor și cluburilor sportive specializate;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnicii de înot, teoriei și metodicii antrenamentului sportiv, și a sistemului de pregătire a înotătorilor care va asigura buna desfășurare a pregătirii sportivilor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Antrenamentul sportiv în proba sportivă aleasă II” este planificată în an IV, sem. 7, 120 ore, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului – viitor antrenor de înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea metodologiei de antrenament sportiv în natație; • Abilitatea de a selecta și de a implementa abordările științifice moderne în planificarea antrenamentului sportiv; • Gândirea constructivistă privind diversitatea modalităților de selectare, planificare, organizare și de desfășurare a testelor pentru evaluarea activităților de înot, nivelului de pregătire și rezultatelor obținute a sportivilor; • Abilitatea de aplicare a diverselor forme, metode și mijloace pentru organizarea și desfășurarea antrenamentului la înot; • Valorificarea sistematică a celor mai noi informații și cultivarea unui mediu științifico-metodic pentru asigurarea eficiență a procesului de antrenament; • Posedarea și utilizarea terminologiei specifice; • Proiectarea și elaborarea programelor de antrenament; • Implementarea tehnologiilor informaționale; • Manifestarea atitudinilor responsabile față de procesul de antrenament sportiv; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul antrenamentului sportiv și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; leadership.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să însușească bazele teoretice și metodologice de antrenament a înotătorului ca disciplină de învățământ obligatoriu; • să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de elevi, metodele procedeele de antrenament calitativ și mijloacele de perfecționare ale procesului didactic;

	<ul style="list-style-type: none"> • să formeze cunoștințe și să perfecționeze în continuare priceperile și deprinderile motrice de bază la nivelul standardelor naționale și internaționale; • să însușească tehnica contemporană de executare a procedeele tehnice de înot și să obțină rezultatele la nivel de performanță și competență; • să însușească tehnologia antrenamentului sportiv. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să utilizeze explicația verbală adecvată (dicția, predarea materiei, explicarea exercițiilor, pronunțarea corectă a termenilor sportivi, etc.); • să posede atitudini pedagogice, tehnice și fizice în predarea disciplinei (prezentarea metodico-științifică a materialului practic, a consecutivității logice, a conținuturilor predate la nivel de analiză și sinteză); • să elaboreze și să realizeze proiectarea activităților didactice la nivel calitativ a procesului de instruire; • să creeze baza didactico-materială de realizare a planului de modernizare a procesului de antrenament; • să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să includă elemente formativ-creative în planificarea antrenamentului; • să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului de antrenament; • să aprecieze valoarea proiectului didactic în dezvoltarea și perfecționarea continuă a cunoștințelor în formarea competențelor profesional-pedagogice. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1.	Noțiunea efortului fizic și efectul de antrenament.	3	1		2
	2.	Conținutul antrenamentului înotătorilor de performanță.	9	1	4	4
	3.	Adaptarea la efortul fizic.	16	1	7	8
	4.	Elaborarea procesului de antrenament la înot.	3	2		1
	5.	Programele de antrenament a sprinterilor.	16	1	7	8
	6.	Programele de antrenament a înotătorilor pe distanțele medii.	16	1	7	8
	7.	Programele de antrenament a înotătorilor pe distanțele lungi.	16	1	7	8
	8.	Pregătirea sportivă multianuală a înotătorilor juniori.	3	1		2
	9.	Pregătirea sportivă a înotătorilor juniori în procesul antrenamentului multianual.	14	1	6	7
	10.	Obiectivele și conținutul etapelor pregătirii sportive multianuale a înotătorilor juniori.	4	2		2
	11.	Particularitățile metodicii de dezvoltare a rezistenței și a abilităților de foră la înotătorii juniori.	17	2	7	8
12.	Selecția sportivă a înotătorilor juniori în procesul antrenamentului multianual.	3	1		2	
	Total :	120	15	45	60	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristică (consultarea surselor bibliografice).</p> <p style="text-align: center;">În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de</p>					

	referate la teme și alte activități supervizate.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, normative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>	
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Alexe N. Antrenamentul sportive modern. București: 1993. -53 lp. Bompa T. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Editura „Tana”: 2008. - 435p. Botnarenco T. – Înotul sportiv. Ed. „Cartea Moldovei” Chișinău, 1975. Botnarenco T. Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013 Botnarenco T., Rîșneac B. Manual de înot pentru copii. Caunsilmen D. E. – Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982. Dragnea A., Teodorescu S. Teoria sportului. București: 2002. 609p. Rîșneac B., Solonenco G. Orientări metodice în pregătirea înotătorilor de performanță. Chișinău, 2013. -159p. Șalgău S. Conceptul de adaptare a organismului la efortul specific în înot. - Iași: PIM, 2007. - 265 p. ISBN 978-973-716-637-1 Triboi V., Păcuraru A. Teoria și metodologia antrenamentului sportiv. Editura „PIM”, Iași, 2013. -373p. Авдиенко В.Б., Солопов И.Н. Искусство тренировки пловца. Книга тренера. - М.: Издательство ИТРК, 2019. - 320 с. ISBN 978-5-88010-593-3 Баландин В.И., Блудов Ю.А., Плахтиенко В.А. Прогнозировани в спорте. - М.: Физкультура и спорт. 1986 - 193 с. Бондарчук А.П. Периодизация спортивной тренировки. - К., 2000. -568 с. Булатова М.И. Теоретико-методологические основы реализации функциональных резервов спортсменов в тренировочной и соревновательной деятельности: Автореф. дис. д-ра пед. наук. - К.: 1996.-50с. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. Булгакова Н. – Игры у воды, на воде, под водой: - М.: ФиС, 2000. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное и спортивное плавание для людей с ограниченными возможностями : монография. - Москва: ИНФРА-М, 2022. - 	

	<p>313 с. ISBN 978-5-16-015465-7</p> <p>18.Булгакова Н.Ж., Морозов С.Н., Попов О.И. и др. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 432 с. ISBN 5-7695-1989-4</p> <p>19.Булгакова Н.Я. Проблема отбора в процессе многолетней тренировки: Автореф. дис. д-р. пед. наук. -М., 1976. -64 с.</p> <p>20.Верхошанский Ю.В. Прогнозирование и организация тренировочного процесса. - М.: Физкультура и спорт. 1985. -176с.</p> <p>21.Ганчар И.Л. – Плавание: теория и методика преподавания спортивно-педагогического совершенствования. Часть III. Учебное пособие. Одесса. «Друк», 2007</p> <p>22.Ганчар И.Л. Методика преподавания плавания: Технология обучения и совершенствования. Одесса «Друк», 2006, 699с.</p> <p>23.Гилев Г.А. Малиновский С.В. Тренажёр для специальной подготовки пловцов// Теория и практика физкультуры. 1976.- №7 – с.67-69.</p> <p>24.Гилев Г.А. Экспериментальное исследование возможностей повышения эффективности специальной физической подготовки пловцов на основе использования тренажёрных устройств: Автореф. дис. ... канд.пед. наук. –М., 1978. -21с.</p> <p>25.Кашкин А.А. Оценка специальной подготовленности и гидродинамических качеств пловцов/ Учебное пособие для студентов специализации плавания физкультурных ВУЗов и слушателей ИПК. - М.: РИО РГУФКСиТ. -2005. - 172 с. УДК - 796.007.5 - 796.092</p> <p>26.Кашкин А.А., Попов О.И., Смирнов В.В. Плавание: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва. - М.: Советский спорт, 2009. - 216 с. ISBN 5-85009-887-9</p> <p>27.Колесов А.И. и др. Проблемы подготовки спортсменов высшей квалификации в видах спорта с циклической структурой движений. -М.: физкультура и спорт, 2003, -80с.</p> <p>28.Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.</p> <p>29.Макаренко Л.П. Юный пловец. М. «ФИС», 1983</p> <p>30.Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олимпийская литература. 1999. - 320с.</p> <p>31.Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997.</p> <p>32.Платонов В.Н. –Плавание.- Киев: Олимпийская литература, 2000.</p> <p>33.Платонов В.Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и её практические приложения. -К.: Олимпийская литература. 2004. - 807с.</p> <p>34.Платонов В.Н. Спортивное плавание, Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012</p> <p>35.Тимакова Т.С. Подготовка юных пловцов в аспектах онтогенеза (методич.пособие). - М.: "Симилия", 2006. - 132 с. ISBN 5-86731-035-3</p> <p>36.Фомиченко Т.Г. Совершенствование силовой и технической подготовленности пловцов различных возрастных групп. - М.: СпортАкадемПресс, 2001. - 104 с. ISBN 5-8134-0055-9</p>
--	--

Data completării:

Scortenschi Dmitri



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenament sportiv în proba sportivă aleasă II ASPSA II (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 07 O.52	Anul	IV	Semestrul	VII
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		60	Studiu individual	60		Total ore pe semestru	120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P- prelegeri)					
e-mail	gimnasticau sefs@mail.r u	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Cursul „Antrenament sportiv în proba sportivă aleasă II” (gimnastica ritmică) orientează în mod expres demersul didactic spre formarea competențelor în domeniul pregătirii tehnologiei, antrenamentului sportiv și gimnastica artistică.</p> <p>Abordarea didactică a conținutului se poate desfășura în conformitate cu taxonomia domeniului cognitiv și psihomotor centrat pe student, realizând un set de obiective cheie.</p> <p>Obiectivele generale ale disciplinei constau în:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea continuă a unui sistem integral de cunoaștere axat pe teoria științifică și metodică al antrenamentului sportiv și gimnastică.• Formarea și dezvoltarea competențelor în managementul antrenamentului sportiv.						

	<p>Demersul educațional se va desfășura în mod integrat și se administrează în semestrul VII al anului IV de studii cu un număr de 15 ore prelegeri, 45 ore practico-metodice și 75 ore lucru individual.</p> <p>Cadrul de aplicare a acestui document normativ pornește de la familiarizarea cadrelor didactice de gimnastică artistică în domeniul antrenamentului sportiv cu prevederile standardelor de conținut ale disciplinei, pe care acestea trebuie să le valorifice în practica pregătirii sportive, pentru a analiza finalitatea urmărită, atingerea standardelor de competență profesională la disciplina ASRSA II.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea și dezvoltarea competențelor profesionale de aplicare a cunoștințelor în planificarea procesului de pregătire a gimnaștilor. - formarea unor competențe de predare/ utilizare a exercițiilor de gimnastică în diverse activități de antrenament sportiv pe etape. - dezvoltarea capacităților de autoafirmare profesională pedagogică la nivelul cunoașterii științifice, capacităților de modelare al antrenamentului sportiv și atitudinilor de predare calitativă și eficientă. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - necesitatea studierii disciplinei ASPSA II în sistemul de învățământ superior de specialitate și dezvoltarea unei instruiți integrate în etapa actuală prezintă unele argumente: <ul style="list-style-type: none"> - pregătirea cadrelor didactice în domeniul antrenamentului sportiv care asigură fundamentele tuturor științelor psihopedagogice medico-biologice și a. profesionale de tip interdisciplinar. - pregătirea specialiștilor în domeniul managementului educației sportive, referitor la conducerea sistemică, optimă, strategică și inovatoare a instruiți centralizate transdisciplinare.
<p>Finalități de performanțe la curs</p>	<p>Competențe la nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <p>Cunoașterea este un proces de memorare a unităților de învățare din domeniile tematice.</p> <p>Înțelegerea – vizează capacitatea de raportare a noilor cunoștințe celor anterioare. Include capacități prin realizarea următoarelor categorii de competență:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească bazele teoretice și metodologice ale sistemului de planificare al pregătirii sportive. • Să însușească și să utilizeze forme de planificare în ciclul olimpic de antrenament. • Să perfecționeze principiile și deprinderile de comunicare a cunoștințelor într-un limbaj științific specializat. • Să argumenteze concepte de efort intern și extern, unități de efort fizic individualizat și de odihnă. <p>Competențe la nivel de aplicare:</p> <p>Aplicarea vizează utilizarea noilor cunoștințe în studii noi în raport cu cele anterioare.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile în practică care îl vor ajuta să identifice ideile principale ale pregătirii sportive. ▪ Să exerseze eficient cu modele noi de organizare a procesului de antrenament axat pe structura procesului de pregătire sportivă pe etape. ▪ Să proiecteze unități de efort în cadrul antrenamentului operativ și curent. ▪ Să propună și să explice procedee metodice de favorizare a indicatorilor pregătirii fizice, tehnice și funcționale prin modelarea acestora în cadrul antrenamentului sportiv. <p>Competențe la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să determine legături bilaterale între elementele tehnice la aparatele de gimnastică de aceeași structură, între predare – învățare, scopuri – conținuturi, metode – mijloace de învățământ, moduri de organizare ale antrenamentului sportiv. ▪ Să modeleze legături de elemente tehnice și planificarea unităților de efort intern și extern.

	<p>▪ Să identifice relațiile dintre modelarea pregătirii fizice și tehnice în cadrul antrenamentului sportiv și competițional.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs</p>	N/o	Conținuturile unității de curs	Total	Numărul de ore		
				Curs	LP	LI
	1	<p>Scopul și obiectivele cursului. Sistema de planificare: - perspectivă – pe 4 ani; - curentă – pe un an; - operativă – pe o zi, o săptămână, o lună.</p>		2		5
	2	<p>Structura procesului de antrenament: - etapa pregătitoare; etapa de bază; - etapa de tranziții. Scopul și obiectivele etapelor.</p>		2	5	5
	3	<p>Microciclurile de antrenament sportiv în perioadele de pregătire sportivă.</p>		2	4	10
	4	<p>Tipuri și genuri de pregătire în cadrul antrenamentului sportiv.</p>		2	11	10
	5	<p>Conținutul efortului intern și efortului extern. Metodica integrării efortului antrenamentului sportiv și competițional.</p>		2	11	10
	6	<p>Procedeele metodice de favorizare a indicatorilor pregătirii fizice, tehnice și funcționale.</p>		2	11	10
	7	<p>Modelarea pregătirii fizice, tehnice și artistice în cadrul antrenamentului sportiv.</p>		3	3	10
	Total :			120	15	45
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului</p>	<p>În cadrul cursului se vor utiliza următoarele metode de predare-învățare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • demonstrarea cu ajutorul reprezentărilor grafice (planșe, scheme, tabele) cu ajutorul mijloacelor tehnice audio-vizuale; • metoda expunerii, conversația, repetarea, studiul individual, problematizarea, proiectul, modelarea. <p>Se va practica învățarea prin observație și studiul de caz.</p>					
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri,</i></p>					

	<p>pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>lucrări de control, normative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice.</p> <p>Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativul practicemetode de predare alternative, în vederea optimizării procesului instructiv-educativ.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea curentă + pentru lucrul individual	60%
	Nota pentru examen	40%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 2. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Și Teoriasportului. București: Fest, 2002. 626 p. 3. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 4. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. Крайждан,О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9. 5. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с. 	

Data completării: 01.09.2021

Grimalschi Teodor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Antrenament sportiv în proba sportivă aleasă II ASPSA II (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 07 O.52	Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa			Forma de evaluare	Ex.
Ore de contact direct		60	Studiu individual	60		Total ore pe semestru	120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Cursul „Antrenament sportiv în proba sportivă aleasă II” (gimnastica artistică) orientează în mod expres demersul didactic spre formarea competențelor în domeniul pregătirii tehnologiei, antrenamentului sportiv și gimnastica artistică.</p> <p>Abordarea didactică a conținutului se poate desfășura în conformitate cu taxonomia domeniului cognitiv și psihomotor centrat pe student, realizând un set de obiective cheie.</p> <p>Obiectivele generale ale disciplinei constau în:</p> <ul style="list-style-type: none">• Formarea continuă a unui sistem integral de cunoaștere axat pe teoria științifică și metodică al antrenamentului sportiv și gimnastică.• Formarea și dezvoltarea competențelor în managementul antrenamentului sportiv. <p>Demersul educațional se va desfășura în mod integrat și se administrează în semestrul VII al anului IV de studii cu un număr de 15 ore prelegeri, 45 ore practico-metodice și 75 ore lucru individual.</p>						

	<p>Cadrul de aplicare a acestui document normativ pornește de la familiarizarea cadrelor didactice de gimnastică artistică în domeniul antrenamentului sportiv cu prevederile standardelor de conținut ale disciplinei, pe care acestea trebuie să le valorifice în practica pregătirii sportive, pentru a analiza finalitatea urmărită, atingerea standardelor de competență profesională la disciplina ASRSA II.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>6. Formarea și dezvoltarea competențelor profesionale de aplicare a cunoștințelor în planificarea procesului de pregătire a gimnaștilor.</p> <p>7. Formarea unor competențe de predare/ utilizare a exercițiilor de gimnastică în diverse activități de antrenament sportiv pe etape.</p> <p>8. Dezvoltarea capacităților de autoafirmare profesională pedagogică la nivelul cunoașterii științifice, capacităților de modelare al antrenamentului sportiv și atitudinilor de predare calitativă și eficientă.</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>Necesitatea studierii disciplinei ASRSA II în sistemul de învățământ superior de specialitate și dezvoltarea unei instruirii integrate în etapa actuală prezintă unele argumente:</p> <p>12. Pregătirea cadrelor didactice în domeniul antrenamentului sportiv care asigură fundamentele tuturor științelor psihopedagogice medico-biologice și a. profesionale de tip interdisciplinar.</p> <p>13. Pregătirea specialiștilor în domeniul managementului educației sportive, referitor la conducerea sistemică, optimă, strategică și inovatoare a instruirii centralizate transdisciplinare.</p>
<p>Finalități de performanțe la curs</p>	<p>Competențe la nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <p>Cunoașterea este un proces de memorare a unităților de învățare din domeniile tematice.</p> <p>Înțelegerea – vizează capacitatea de raportare a noilor cunoștințe celor anterioare. Include capacități prin realizarea următoarelor categorii de competență:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să însușească bazele teoretice și metodologice ale sistemului de planificare al pregătirii sportive. • Să însușească și să utilizeze forme de planificare în ciclul olimpic de antrenament. • Să perfecționeze principiile și deprinderile de comunicare a cunoștințelor într-un limbaj științific specializat. • Să argumenteze concepte de efort intern și extern, unități de efort fizic individualizat și de odihnă. <p>Competențe la nivel de aplicare:</p> <p>Aplicarea vizează utilizarea noilor cunoștințe în studii noi în raport cu cele anterioare.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să aplice cunoștințele și capacitățile în practică care îl vor ajuta să identifice ideile principale ale pregătirii sportive. ▪ Să exerseze eficient cu modele noi de organizare a procesului de antrenament axat pe structura procesului de pregătire sportivă pe etape. ▪ Să proiecteze unități de efort în cadrul antrenamentului operativ și curent. ▪ Să propună și să explice procedee metodice de favorizare a indicatorilor pregătirii fizice, tehnice și funcționale prin modelarea acestora în cadrul antrenamentului sportiv. <p>Competențe la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să determine legături bilaterale între elementele tehnice la aparatele de gimnastică de aceeași structură, între predare – învățare, scopuri – conținuturi, metode – mijloace de învățământ, moduri de organizare ale antrenamentului sportiv. ▪ Să modeleze legături de elemente tehnice și planificarea unităților de efort intern și extern. ▪ Să identifice relațiile dintre modelarea pregătirii fizice și tehnice în cadrul antrenamentului sportiv și competițional.

	N/o	Conținuturile unității de curs	Numărul de ore				
			Total	Curs	LP	LI	
Tematica și repartizarea orelor la curs	1	Scopul și obiectivele cursului. Sistema de planificare: - perspectivă – pe 4 ani; - curentă – pe un an; - operativă – pe o zi, o săptămână, o lună.		2		5	
	2	Structura procesului de antrenament: - etapa pregătitoare; etapa de bază; - etapa de tranziții. Scopul și obiectivele etapelor.		2	5	5	
	3	Microciclurile de antrenament sportiv în perioadele de pregătire sportivă.		2	4	10	
	4	Tipuri și genuri de pregătire în cadrul antrenamentului sportiv.		2	11	10	
	5	Conținutul efortului intern și efortului extern. Metodica integrării efortului antrenamentului sportiv și competițional.		2	11	10	
	6	Procedeele metodice de favorizare a indicatorilor pregătirii fizice, tehnice și funcționale.		2	11	10	
	7	Modelarea pregătirii fizice, tehnice și artistice în cadrul antrenamentului sportiv.		3	3	10	
	Total :			120	15	45	60
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>În cadrul cursului se vor utiliza următoarele metode de predare-învățare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • demonstrarea cu ajutorul reprezentărilor grafice (planșe, scheme, tabele) cu ajutorul mijloacelor tehnice audio-vizuale; • metoda expunerii, conversația, repetarea, studiul individual, problematizarea, proiectul, modelarea. <p>Se va practica învățarea prin observație și studiul de caz.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Notarea este expresia numerică a aprecierii performanțelor ale studenților</p> <p>În cadrul procesului instructiv-educativ se va practica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • evaluarea calității când raportarea se face la obiectivele de competențe planificate în conținuturi; • evaluarea eficienței dedusă din raportarea la resursele utilizate (proiecte, 						

	modele, testări); • evaluarea progresului când se ține cont de resursele anterioare, în cadrul evaluării inițiale. Evaluarea va avea funcție <i>constatativă, diagnostică și prognostică</i> utilizând metode de predare alternative, în vederea optimizării procesului instructiv-educativ.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea curentă + pentru lucrul individual	60%
	Nota pentru examen	40%
Referințe bibliografice	1. Grimalschi T. Fundamente psihopedagogice ale antrenamentului sportiv în gimnastica artistică. 2. Матвеев Л.П. Построение спортивной тренировки. В: Основы спортивной тренировки. 3. Grimalschi T. Antrenamentul sportiv în gimnastică. Vol.I. Teorie și metodologie. Chișinău: USEFS, 2013, p. 279-315.	

Data completării: 01.09.2021

Grimalschi Teodor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		ANTRENAMENTUL SPORTIV ÎN PROBA SPORTIVĂ ALEASĂ II ASPSA II (atletism)					
Titularul cursului		Iliin Grigore, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 07 O.52	Anul	IV	Sem estru I	7
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.sefs@ mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	16	4	40	60	
Nota de prezentare	<p>Cursul ASPSA-II (atletism) prevede studierea în continuare a teoriei și metodicii antrenamentului sportiv în atletism și are scopul de a consolida semnificativ pregătirea profesională a studenților în domeniul pregătirii sportivilor – atleți prin prisma formării la aceștia a priceperilor și deprinderilor necesare și, de asemenea, dezvoltării capacităților motrice generale și specifice, pentru obținerea rezultatelor de performanță într-o probă sau alta a atletismului.</p> <p>Obiectivul de bază al cursului este de a înarma viitorii specialiști în domeniul atletismului cu un complex de cunoștințe cu caracter interdisciplinar, care le va da posibilitatea de a organiza și desfășura lecții de antrenament atletice cu sportivi de diferite vârste și specializări.</p>						

	<p>Programa cursului prevede nu numai formarea la studenți – viitori antrenori-profesori în atletism a competențelor de organizare și desfășurare a procesului de antrenament în diferite probe atletice, dar și descoperă în cele mai mici detalii tehnologia activității antrenorului.</p> <p>În procesul studierii cursului se va asigura o legătură organică între pregătirea teoretică cu cea metodică și practică, care se va realiza la cursurile teoretice, orele practico-metodice și la practica de antrenorat în școlile sportive, la anii III și IV de studii.</p> <p>Activitatea în procesul studierii cursului se va organiza sub formă de cursuri teoretice, lecții practico-metodice și de seminar și, de asemenea, sub formă de activitate individuală, când studenții vor îndeplini diferite însărcinări date de profesor (studierea curselor literare de specialitate suplimentare, pregătirea diferitelor proiecte, lucrări metodice, etc.)</p> <p>Evaluarea se va face curent și la sfârșitul semestrului, când studentul va susține examenul teoretic și practic, susținând normele de control, conform cerințelor programei, și îndeplinind categoria I sportivă în proba de specializare. De asemenea, studentul va fi obligat să participe la arbitrajul concursurilor de atletism, iar la sfârșitul studiilor să obțină categorie de arbitru în atletism.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea și consolidarea unui sistem de cunoștințe practice și teoretice (igienice, fiziologice, didactice, metodice, tehnice, organizatorice) din domeniul atletismului, în concordanță cu sarcinile generale ale învățământului superior de educație fizică; • Aplicarea fundamentelor, teoriilor specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale atletismului; • Formarea capacităților profesional-pedagogice, aplicarea cunoștințelor în practică; • Să dirijeze corect cu procesul de intrare în forma sportivă și de menținere a ei; • Să coordoneze procesul de intrare în formă sportivă cu calendarul competițional; • Să cunoască legăturile organizării procesului de antrenament la altitudine; • Să poată planifica procesul de antrenament în condiții de altitudine în diferite perioade ale antrenamentului anual; • Să cunoască metoda de desfășurare a procesului de antrenament în diferite probe atletice; • Să planifice corect procesul de pregătire în dependență de etapa de pregătire, vârstă și sex; • Să cunoască procesul de pregătire a atleților de diferite specializări; • Să planifice corect ședințele de antrenament; • Să organizeze și să desfășoare corect ședințe de antrenament cu alergători de viteză și de rezistență de vârstă și nivel diferit de pregătire; • Să planifice și să dirijeze corect procesul de pregătire a mărșăluitorilor, a săritorilor și a aruncărilor; • Să planifice și să dirijeze corect procesul de pregătire în diferite etape și perioade ale ciclului anual și multianual. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p style="text-align: center;">Competențe de învățare/de a învăța să înveți</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de despre a competențelor de organizare și desfășurare a procesului de antrenament în diferite probe atletice și descoperă în cele mai mici detalii tehnologia activității antrenorului, în scopul satisfacerii nevoilor și acționării, pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. <p style="text-align: center;">Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/de stat în situații reale ale vieții, pe teme ce țin de domeniul atletismului.

	<ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica într-un stil științific argumentat pe probleme referitoare la bazele teoretice și metodologice ale atletismului, ca disciplină de studiu. <p>Competențe de comunicare într-o limbă străină</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții, pe probleme ce reflectă materia de studiu la atletism. <p>Competențe acțional-strategice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din domeniul atletismului. • Competențe de a acționa autonom și creativ, în diferite situații de viață, pentru ași fortifica starea de sănătate prin aplicarea exercițiilor atletice în activitatea motrice cotidiană. <p>Competențe digitale în domeniul tehnologiilor informaționale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza, în situații reale, instrumentele tehnologiilor informaționale. • Competențe de a crea documente în domeniul informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua internet, în situații reale. <p>Competențe interpersonale, civice, morale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în echipă, de a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile semenilor săi. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa, în diferite situații, în baza normelor și valorilor moral-spirituale. <p>Competențe de autocunoaștere și autorealizare</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității sale în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod de viață sănătos. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. <p>Competențe cultural și interculturale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii, în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><i>La nivel de cunoaștere:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Să cunoască metodică de desfășurare a procesului de antrenament în diferite probe atletice; - Să planifice și să dirijeze corect procesul de pregătire de scurtă și lungă durată;

- Să cunoască procesul de formare a formei sportive și de menținere a ei;
- Să organizeze și să desfășoare corect ședințe de antrenament cu alergători de viteză și de rezistență de vârstă și nivel diferit de pregătire;
- Să organizeze și să desfășoare corect ședințe de antrenament cu atleți specializați în diferite probe de aruncări și sărituri;
- Să organizeze și să desfășoare corect ședințe de antrenament cu atleții specializați în probele combinate ale atletismului;
- Să cunoască legitățile organizării antrenamentului la altitudine

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să determine bazele biomecanice ale tehnicii probelor atletice studiate;
- să aplice cunoștințele și competențele acumulate în activitatea practică de lucru cu diferite contingente de persoane;
- să elaboreze unele studii asupra tehnicii probelor atletice studiate în cadrul cursului;
- să realizeze studii comparative ale tehnicii diferiților sportivi de performanță, moldoveni sau străini;
- să realizeze unele studii istorice ale evoluției tehnicii probelor de atletism.

La nivel de integrare:

- să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului
- profesional în domeniul atletismului;
- să comunice și să acționeze eficient în procesul promovării imaginii atletismului în rândul populației și viitorilor practicanți/specialiști în domeniul atletismului.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Forma sportivă. Coordonarea procesului de intrare în formă sportivă cu periodizarea antrenamentului sportiv	8	2		6
	2	Antrenamentul la altitudine într-un ciclu anual	8	2		6
	3	Metodica organizării și desfășurării antrenamentelor în probe atletice	8	2		6
	4	Metodica organizării și desfășurării procesului de antrenament în diferite probe atletice	8	2	2	4
	5	Antrenamentul la altitudine și forma sportivă	8	4	2	2
	6	Particularitățile antrenamentului la marș sportiv	14	2	6	6
	7	Particularitățile antrenamentului la alergările de viteză	14	2	6	6
	8	Particularitățile antrenamentului în probele de garduri	12		6	6
	9	Particularitățile antrenamentului în alergările de rezistență	12		6	6
	10	Particularitățile antrenamentelor în probele de sărituri			6	4
	11	Particularitățile antrenamentului în probele de aruncări			6	4

	12	Particularitățile antrenamentului în probele combinate		4	4
		Total :	120	16	44
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculumului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte a motricității speciale. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut predarea-învățarea materialului didactic din atletism; • Organizarea dezbaterilor asupra unor tematici din domeniul educației fizice în ciclul liceal, instruirii tehnicii probelor atletice, dezvoltării calității motrice și organizării lucrului individual; • Elaborarea și publicarea unor articole privind abordările moderne a procesului de recuperare psiho-fizică în diverse afecțiuni terapiei manuală; <p>Curriculumul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și student</i>. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic.</p> <p>Studenții se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.). În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cît și moderne: <i>expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol</i> etc.</p> <p>Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gîndirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor studenților. Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media).</p> <p>Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor-student și student-student (grupa, subgrupa) pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a reabilitării fizice.</p> <p>Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de <i>demers didactic postmodern</i> are un sens amplu și multidimensional, incluzînd, în primul rînd, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățămîntul universitar) și, în al doilea rînd, nivelul microdidactic (ora didactică). Cu toate deosebirile de structură, rigorile esențiale sînt aceleași:</p> <ul style="list-style-type: none"> • axarea activităților pe interesele și nevoile studentului; • dezvoltarea la studenți a gîndirii critice; • dezvoltarea motivației pentru învățare și pentru menținerea ei durabilă; • orientarea discursului didactic spre dezvoltarea continuă a abilităților și transformarea acestora în competențe; • integrarea obiectivelor de referință, a sarcinilor de realizare a acestor 				

	<p>obiective, a obiectivelor de evaluare și a sarcinilor de evaluare într-un act educațional integrat;</p> <ul style="list-style-type: none"> • selectarea și adaptarea strategiilor didactice în funcție de particularitățile de vârstă și individuale ale studenților, oportunitățile și interesele acestora; • proiectarea și realizarea demersului didactic în baza experiențelor anterioare ale studenților întru asigurarea unei învățări durabile; • includerea dimensiunilor interdisciplinarității, interculturalității și multiperspectivității în demersul educațional.
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare-învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.</p> <p>Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.</p> <p>Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina „<i>ASRSA-II</i>” constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.</p> <p>În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedeelelor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare-notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise;</i> • <i>măsurarea rezultatelor instruirii prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit;</i> • <i>aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate;</i> • <i>adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.</i> <p>În procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de masterandanți. În cadrul orelor la disciplina “<i>ASRSA-II</i>”, evaluarea va îndeplini mai multe funcții, printre care:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>funcția de evidență și control a activității didactice;</i> • <i>funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;</i> • <i>funcția formativă, care este rezultantă a înțelegerii de către elevii a nivelului la care se află în momentul evaluării;</i> • <i>funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.</i> <p>În cadrul procesului educațional deosebim:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea internă, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea instituției;</i> • <i>evaluarea externă, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățământ, Ministerul Educației, Culturii și Cercetărilor.</i> <p>În funcție de scopurile urmărite, vom aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială care se realizează la începutul ciclului de învățământ.</i> <p>Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;</p>

	<p>• <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.</p> <p>Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele de referință. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;</p> <p>• <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului “ASRSA-II”. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>referate științifice, prezentări video, prezentări power point, demonstrații practice, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 6. Aruncări. Probe combinate /Antrenorul federal de atletism, vol. III, CCPS, București, 1995. 206 p. 7. Atletism, ieri, azi, mâine. Bazele științifice ale antrenamentului sportiv, vol. XI, București, 1977, p. 108-182. 8. Atletism. Prelegeri. Curs specializare (anul IV), sub redacția lui D.C. Alexandrescu, București, 1991. 243 p. 9. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002. 287 p. 10. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p. 11. Diaconescu Dan Silviu. Metodica predării tehnicii în probele atletice. Ager, 2003. 140 p. 12. Dragnea Adrian. Teoria antrenamentului sportiv, București, IEFS, 1990. 244 p. 13. Gârleanu D., Firea V. Exerciții și jocuri pentru pregătirea atleților, București, I.P. Oltenia”. 199 p. 14. Gârleanu D. Monografia probelor atletice. București, Sport-turism. 231 p. 15. Macri Cristina Aurelia. Regulament, terenuri, instalații. Materiale de atletism, Editura Universității din Pitești, 2002. 69 p. 16. Muraru Anton. Ghidul antrenorului, volumele I-III, București, 2005, 399 p. 17. Nicu Alexe. Antrenamentul sportiv modern. – București, Editis, 1993, p. 310-393. 18. Regulament. Manualul 2002 – 2003 (traducere), București, 2002. 241 p. 19. Бевзюк В.С., Куцегуб С.И. Легкая атлетика (учебное пособие).-Херсон, 2004. 152 с. 20. Бондарчук А. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. – М.: Олимпия Пресс, 2007. 272 с. 21. Железняк Ю.Д., Максименко Г.Н. Спортивно-педагогическое совершенствование /Программы педагогических институтов. – М., 1985. 42 с. 22. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших 	

	<p>учебных заведений. – 2-е изд. Перераб. и доп. М.: Академия, 2005. 272 с.</p> <p>23. Лимарь Л.П. Легкая атлетика для юношей. М.: ФиС. 1969, 223 с.</p> <p>24. Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ. /Под ред. О.В. Колодня, Е.М. Лутковского, В.В. Ухова. М.: Ф и С. 1985, 271 с.</p> <p>25. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. – Изд. 4-е, доп., перераб. М.: Ф и С. 1989, 671 с.</p> <p>26. Легкая атлетика. Правила соревнований. 2006-2007. – М.: Terra-Спорт, Олимпия пресс, 2006, 144 с.</p> <p>27. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф.; М.: Ф и С, 1976, 200 с.</p> <p>28. Особенности обучения видам легкой атлетики в условиях институтов физической культуры. Сборник научных трудов. Л.: изд. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1986, 98 с.</p> <p>29. Попов В.Б. 555 специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2002, 208 с.</p> <p>30. Попов В.Б. Система специальных упражнений в подготовке легкоатлетов. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2006, 224 с.</p> <p>31. Степанова М., Степанов В. Барьерный бег на 400 м. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2002, 176 с.</p> <p>32. Судейство соревнований по легкой атлетике. Справочник. М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2004, 272с.,ил.(Библиотека легкоатлета).</p> <p>33. Прыжки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров», уровень I/II. / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005, 187 с.</p> <p>34. Стрижак А.П. Прыжок в высоту. М.:ФиС, 1987, 80 с.</p> <p>35. Суслов Ф.П., Гиппенрейтер Е.Б. Подготовка спортсменов в горных условиях. – М.: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2000, 176 с.</p> <p>36. Теория тренировки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров» (часть 1 и 2) / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005, 580 с.</p> <p>37. Шур Михаил. Прыжок в высоту. Учебно-методическое издание. – Москва: Олимпия Пресс, Terra-Спорт, 2003, 144 с.</p>
--	--



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT
Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Practica de antrenorat					
Titularul cursului		<p>Sîrghi S., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Verejan R., asistent universitar Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Tăbîrța V., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Povestca L., dr. în pedagogie, prof. univ. Iliin G., dr. în pedagogie, prof. univ. Diacenco E., dr. în pedagogie, conf. univ. Stepanov N., dr. în pedagogie, conf. univ. Polevaia-Secăreanu A., dr. în pedagogie, conf. univ. Postolache A., asistent universitar Busuioc S., dr. în pedagogie, prof. univ. Craijdan O., dr. în pedagogie, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ.</p>					
Ciclul (L- Licență)	L	Codul cursului		Anul	IV	Semestrul	7
Nr. credite	12	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		180	Studiu individual	180	Total ore pe semestru		360
Regimul disciplinei							
Catedra	TMJ, Atletism, PSI, Gimnastica, Natație și Turism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedratmj@gmail.com		Total	C	L/P	S	LI
			360	-	180	-	180

	<p>atletism.sefs@ mail.com</p> <p>gimnasticausefs@ mail.ru</p> <p>catedra_PSI_use fs.md@mail.ru</p> <p>catedra- natatie@mail.ru</p>					
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Stagiile de practica constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Fiind un element principal al procesului educațional și al activității profesionale, stagiul de practică asigură formarea competențelor profesionale și acumularea experienței privitor la organizarea și realizarea activităților în domeniul profesional.</p> <p>Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a studenților. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul - viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Astfel, studiul bazelor practicii de antrenorat devine prioritar pentru studenți, ca viitori specialiști și, deopotrivă, pentru practicienii și elaboratorii de strategii, de tactici de organizare și conducere. Stagiile de practică în cadrul formării inițiate în învățământul superior se realizează în întreprinderi, organizații, federații, cluburi și școli sportive.</p> <p>În perioada practicii de antrenorat studenții iau cunoștința de experiența celor care activează în instituțiile respective, reușesc să-și însușească laturile pragmatice ale viitoarei profesii, modalitățile aplicării cunoștințelor teoretice la rezolvarea problemelor ce constituie conținutul activităților specifice domeniului de activitate în care lucrează. Studenții învață să opereze cu mijloacele (instrumentele, echipamentele sportive, documentele, registrele etc.) cu ajutorul cărora se desfășoară efectiv activitatea specifică domeniului de formare.</p> <p>Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport selectează unitățile - baze de realizare a stagiilor de practică, din cele identificate în cadrul parteneriatului social, precum și în baza acordurilor bilaterale/internaționale și proiectelor internaționale, și încheie, în prealabil, pe o perioadă determinată, convenții cadru de parteneriat.</p> <p>În vederea organizării stagiilor de practică, USEFS va încheia contracte de colaborare privind organizarea și desfășurarea stagiilor de practică a studenților cu unitățile-baze de realizare a stagiilor de practică.</p> <p>Condițiile de desfășurare durată stagiilor de practică se determină de către USEFS, de comun acord cu unitatea-bază în care se va realiza practica sau cu administrația instituției de învățământ, dacă stagiile de practică sunt desfășurate în unitățile funcționale ale instituției de învățământ superior.</p> <p>Termenele, etapele, locul, perioada de desfășurare a practicii sunt stabilite de USEFS în corespundere cu pregătirea teoretică a studenților, adecvată planurilor de învățământ (calendarului universitar/graficul procesului de studii), ținând cont de capacitățile bazei de practică a instituției sau a formațiunii economice de aplicare a instruirii practice.</p> <p>Curriculumul dat reflectă obiectivele și competențele generale, structura, metodologia organizării și desfășurării stagiilor de practică de antrenorat în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, la studenții Facultății de Sport, anul I, potrivit reglementărilor legislației în vigoare în Republica Moldova, componentă obligatorie și</p>					

	esențială a formării profesionale universitare.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii; - capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire; - abilitatea de a transmite informațiile altora. <p>Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită marii lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.</p> <p>La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale; - să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv); - să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, sârguință, angajare, comunicare, toleranță etc.; - să formeze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese; - să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv), cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil de viață sănătos, necesității de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.; - să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului; - să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor; - să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv; - să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex; - să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională; - să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament; - să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale; - să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament; - să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții; - să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament; - să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de nivelul de pregătire sportivă a acestora; - să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației; - să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația

organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;

- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice includ caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul - stagiar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrici și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);

- să întocmească și să prezinte documente pentru desfășurarea competițiilor sportive;

- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;

- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;

- să selecteze, să pregătească și să utilizeze utilajul și inventarul sportiv;

- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;

- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;

- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;

- să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util;

- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.);

- să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.);

- să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora;

- să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor;

- să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită;

- să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament.

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului I a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;

- formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție;

- formarea la studenții ciclului I a competențelor profesionale, realizate în procesul organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- să se familiarizeze cu procesul de organizare și conținutul activităților educative cu sportivii la baza desfășurării competiției la proba de sport aleasă, precum și la analiza cazurilor disciplinare ce au loc în timpul desfășurării acesteia;
- să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora;
- să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice;
- să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent;
- să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil;
- să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice;
- să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți;
- să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar;
- să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor;
- să desfășoare măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivei de pregătire;
- să analizeze din punct de vedere logistic – managerială nivelul de organizare și desfășurare a unei competiții sportive;
- să organizeze și să realizeze cercetări pe tema tezei de licență, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică.

La nivel de integrare:

- să explice esența și modul de planificare și desfășurare a competiției sportive la atletism;
- să elaboreze programe de antrenament la diferite probe de atletism, precum și planuri strategice de organizare a manifestațiilor sportive atletice de diferit nivel.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	Nr.crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	LP	LI
	1	Organizational si informational	70	40	30
	2	Instructiv-metodic	153	60	93
	3	Sporturi de masă	40	20	20
	4	Educativ	24	20	4
	5	Instructivă de cercetare	44	20	24
	6	Agitație și propagandă	9	5	4
	7	Administarativ - logistic	20	15	5
		Total :	360	180	180

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice și de seminar. Cursurile teoretice sunt organizate sub formă de prelegere clasică, dezbateri. Pot fi cursuri mixte - prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice/laborator, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări delaborator</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală</p> <p>Evaluarea inițială a activității studentului – stagiar se efectuează de metodistul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării stagiului de practică. Nota finală a activității studentului–stagiar se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și metodistul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiar pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultate.</p>

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)		Nota finală	100%
		Nota pentru evaluarea finală	40%
		Nota evaluarea curentă	20%
		Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
		Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. 2. Bondrea A. Manual de practică. Bucuresti: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. 3. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișmru: USEFS, 2009. 18 p. 4. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p. 5. Gonciaruc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice on școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15. 6. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p. 7. Secrieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iacși, 2002. 8. http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf 9. http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnye-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki 10. http://festival.1september.ru/articles/601657/ 11. http://sdr.lvsva.biz/page13.html 12. http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiya-dlya-prepodavatelej/128-chtotakoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov 13. https://infourok.ru/ponyatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniva-1198707.html (accesat 11.01.22) 14. https://studfiles.net/preview/3355746/ (accesat 11.01.22) 15. http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf (accesat 11.01.22) 16. https://mydocx.ru/11-29051.html (accesat 12.01.22) 17. https://www.sgu.ru/sites/default/files/education/practice/trenerskaya_praktika.pdf (accesat 12.01.22) 18. https://www.ncfu.ru/export/uploads/imported-from-dle/op/doclinks2015/Annot_professionalnoorientirovannatrenerskavapraktika_49.pdf (accesat 12.01.22) 		

Data completării: 01.09.2021

Sîrghi Serghei
Verejan Ruslan
Mocrousov Elena
Tăbîrța Vasile
Povestca Lazari
Iliin Grigore
Diacenco Eugenia
Stepanov Natalia
Polevaia-Secăreanu Angela
Postolache Alexei
Busuioc Serghei
Craijdan Olga
Buftea Victor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

ANUL IV SEMESTRUL 8							
Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Aspectele medico – biologice a probei sportive aleasă AMBPSA (jocurile sportive)					
Titularu cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Sîrghi Serghei, dr. în științe pedagogice, conf. univ. Conohova Tatiana, dr. în pedagogie, conf. univ. Tăbîrța Vasile, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 08 O.53	Anul	IV	Semestrul	8
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90	
Regimul disciplinei (F - componenta fundamentală)							F
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Aspectele medico – biologice în proba sportivă aleasă” AMBPSA (jocurile sportive), este elaborată conform Planului de învățământ la <i>Specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv</i>, se adresează studenților USEFS dar și specialiștilor interesați de problemele specifice în domeniul jocurilor sportive.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul jocului sportiv și al sportului.</p> <p>Cursul reprezintă o lucrare cu caracter științifico-metodic cu multiple valențe didactice, care prin conținut și formă se adresează nu numai studenților USEFS de la specialitatea <i>Jocurile sportive</i>, dar și cercului de specialiști din domeniul sportului și</p>						

	<p>culturii fizice.</p> <p>Curriculumul la disciplina aceasta a fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat istorie, cultură fizică, sport, medicină, biologie și psihologie cu specific probelor sportive.</p> <p>Structura cursului este elaborată ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de la Bologna.</p> <p>Cursul reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculum-ul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculum-ul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării sportive-sanative-social-economice.</p> <p>Compartimentul are obiective de bază familiarizarea aspectele medico-biologice în jocul sportiv.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculum-ul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ, obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării sportive - social - economice.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina dată în anul IV, semestrul 8, 90 de ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite (ECTS).</p> <p>Din acest motiv, curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor medico - biologice în organizarea antrenamentelor în cadrul secțiilor sportive, școlilor sportive, liceele cu profil sportiv cu sportivii de diferite vârste; • Să definească, să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu; • Să cunoască esența, conceptul și trăsăturile specifice problemelor medico-biologice și psihologice; • Să cunoască conceptul problemelor nutriției și alimentației; • Să cunoască problemele ce se referă la traumatismul în jocuri sportive; • Cunoașterea mijloacelor de susținere și refacere a efortului fizic; • Cunoașterea problemelor controlului medico-biologic și psihologic; • Cunoașterea problemei stresului și metodele de relaxare; • Cunoașterea metodelor de evaluare al nivelului pregătirii psihologice; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul jocurilor sportive (ex: fotbal, baschet, volei, fotbal în sală, tenis de masă, tenis de câmp, badminton, rugby etc.); • Cunoașterea definiției și capacitatea de performanță, metodicii dezvoltării aptitudinilor motrice; definiției și caracteristicii formei sportive la proba de jocuri sportive; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv la proba de jocuri sportive în corespundere cu proba de joc sportiv practicat; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile sportive, școli sportive, liceele cu profil sportiv la proba de jocuri sportive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive; ▪ Cunoașterea problemelor medico-biologice și psihologice ▪ Cunoașterea problemelor nutriției și alimentației;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea problemele ce se referă la traumatismul în jocurile sportive; ▪ Să identifice etapele de organizare și desfășurare a competițiilor la jocuri sportive; ▪ Cunoașterea mijloacelor de susținere și refacere a efortului fizic; ▪ Cunoașterea problemelor controlului medico-biologic și psihologic. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dezvoltarea jocurilor sportive la nivel național și în internațional; probleme de gen medico-psihologice; • Nutriția și alimentația jucătorilor; • Refacerea jucătorilor după efort; • Selecția medico-biologică; • Controlul medico-biologic și psihologic; • Stresul și relaxarea; • Formele de evaluare ale nivelului pregătirii psihologice; • Să elaboreze un plan de pregătire a unui sportiv ce practică unul dintre jocurile sportive; • Să analizeze și să explice pregătirea profesională a sportivului; • Să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul antrenamentelor la proba de jocuri sportive la diferite categoriile de vârstă în atmosfera competițională; • Cunoașterea problemei stresului și metodele de relaxare; • Cunoașterea metodelor de evaluare al nivelului pregătirii psihologice. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să explice esența și structura antrenamentului sportiv la proba de jocuri sportive; • Să explice problemele medico - biologice și psihologice ale jocurilor sportive; • Să explice problemele nutriției și alimentației, necesitatea lor; • Să explice problemele traumatismului în jocurile sportive; • Să explice care sunt mijloacele de susținere și refacere a efortului fizic; • Să explice cum și când se efectuează controlul medico-biologic și psihologic; • Să explice materialul ce se referă la stres și relaxare a sportivilor; • Să explice cum se efectuează evaluarea nivelului pregătirii psihologice a sportivilor; • Să respecte particularitățile acestui gen de sport (jocuri sportive). • Calcularea unui rațion alimentar pe o zi în perioada competițională la jocurile sportive (în scris).
--	--

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	1. Probleme medico-biologice și psihologice în jocurilor sportive. 1.1.Dezvoltarea somatică și neuropsihică a copiilor și juniorilor. 1.2.Particularitățile vieții afective între 9-18 ani.	6	2	4	6
	2	2.Problemele nutriției, alimentația. 2.1. Necesitățile alimentare de bază a copilului care practică jocurile sportive. 2.2. Alimente energetice și neenergetice.	6	2	4	6
	3	3.Traumatismele în jocul sportiv. 3.1. Patologia traumatismelor. 3.2. Traumatismele sistemului muscular, articulațiilor, oaselor.	6	2	4	6
	4	4. Mijloacele de susținere și refacere a efortului fizic. 4.1. Conținutul alimentației și echivalente calorice al principalelor produse alimentare.	6	2	4	4

	5	5. Controlul medico-biologic și psihologic. 5.1. Aprecierea capacității de muncă, 5.2. Capacitatea de efort fizic, concentrarea atenției, distribuirea atenției, viteza de reacție.	6	2	4	6
	6	6. Stresul și relaxarea . 6.1. Stăpânirea stresului, tehnica de relaxare.	6	2	4	8
	7	7. Evaluarea nivelului pregătirii psihologice. 7.1. Oboseala psihică, viteza de reacție, concentrația, distribuirea atenției.	9	3	6	9
	Total :		45	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, jocuri în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale, activitățile amicale la probele de jocuri sportive.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială - diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă - dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teste la proba sportivă aleasă ce cuprind cele trei nivele (<i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală - sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (<i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și lecții practice				20%	
	Nota lucrul individual				20%	

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Sîrghi S., Stepanov V., și alți colaboratori. Jocuri Sportive. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2016, 99 p. ISBN 978-9975-68-298-5. 2. Grimalschi T., Sîrghi S. și colaboratorii. Culegere de proiecte didactice. Suport de curs. Chișinău: Tipografia Reclama, 2014, 140 p. ISBN 978-9975-58-016-8. 3. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Bacău: Alma Mater, 2002. 252 p. 4. Cernăianu C. Fotbal. Manualul antrenorului profesionist. București: Roteck Pro, 2000. 224 p. 5. Макарова Г.А. Практическое руководство для спортивных врачей. Ростов на Дону: Баро-Пресс, 2002. с. 248-316. 6. Niculescu, Ionela. "Volei", Editura Universitara, Craiova, 2006, 179 p. 7. Budevici A., Verejan R. Regulamentul comentat și teoria pregătirii în handbal. Îndrumar metodico-didactic. Chișinău: „Valinex” SA, 2008, ISBN 978-9975-68-028-8, 176 p. 8. Budevici A., Grabco A. Programarea și derejarea antrenamentului sportive. Compendiu. Master. Chișinău: „Valinex” SRL, 2010, ISBN 978-9975-68-137-7, 150 p. 9. Cercel P. Handbal, antrenamentul echipelor masculine, ediția a II-a. Iași: Universitatea Al. I. Cuza, 2010, 354 p. 10. Constantin V. Rugby, tehnica și tactica. București: FEST, 2004. 351 p. 11. Tăbîrță V. Rugby, pregătire de forță-viteză. Monografie. Chișinău: Valinex, 2015. 128 p. 12. Fleancu L., Ciorbă C. Pregătirea fizică specifică a pivoților în jocul de baschet la 15-16 ani. Editura Universității din Pitești, 2004. –147 p. 13. Moiescu P. Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83. 14. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015. 15. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0. 16. Смирнов Ю.Н. Бадминтон. Учебник для вузов, Советский спорт, 2011 17. Борисова О.В. Формирование оптимальной организационно-управленческой модели - важнейшее условие динамичного развития профессионального тенниса. Материалы международной научно-практической конференции государственных участников СНГ по проблемам физической культуры и спорта: Минск: БГУФК, 2012, с. 20-22. 18. Губа В., Тарпищев А., Самойлов А. Особенности подготовки юных теннисистов, СпортАкадемПресс, Физкультура и Спорт, 2006. 19. Корнеева Е. Спортивные игры: правила, тактика, техника, Феникс, 2004.
---------------------------------------	---

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena

Sîrghi Serghei

Conohova Tatiana

Tăbîrța Vasile



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Aspectele medico – biologice a probei sportive aleasă AMBPSA (probe sportive individuale)					
Titularul cursului		Dercacenco Ivan, dr. în pedagogie, conf. univ. Grosu Vasile, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 08 O. 53	Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite		Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (F-componenta fundamentală)							F
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_PSI_usefs .md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30		15	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Aspectele medico-biologice și psihologice ale probei sportive alese” (probe sportive individuale) este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul general de studiu ”Antrenor Sportiv, în cadrul facultății de Sport al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Modernizarea curriculumului universitar din învățământul superior și Procesului Bologna prin importanța sa este o problemă națională. Funcțiile curriculumului angajează - consecințe la nivelul sistemului de învățământ de specialitate cu domeniul de formare profesională. În baza planului strategic de dezvoltare a Universității de Stat de Educație Fizică și Spor și cursului Republicii Moldova spre integrarea europeană. Acest document curricular va determina direcțiile, obiectivele modernizării activității didactice.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului</p>						

	<p>de învățământ: Acest proces organizat în cadrul disciplinei: Aspectele medico-biologice și psihologice ale probei sportive alese (AMBPPSA) are drept scop acumularea competențelor pentru a asigura pregătirea sportivilor calitativ din punct de vedere morfo-funcțional și psihologic. Studiul dat vizează modificările parametrilor fiziologici, motrici ca rezultat al practicării sportului precum și aspectele psihologice ale sportivilor în timpul antrenamentului sportiv și competițional. Disciplina AMBPPSA tratează la nivel înalt aspectele legate de dirijarea științifică a efortului în lupte, pregătirea biologică de concurs, refacerea după efort, de alimentație și farmacologie, de adaptare în condițiile de luptă la altitudine medie sau varietăți de fus orar. Aceste direcții permit o fundamentare științifică a activității luptelor. Tematicile date reprezintă totodată și noutățile apărute în recent, care permit un randament crescut al luptătorilor în angajările oficiale.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale disciplinei AMBPPSA presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul de formare profesională a antrenorului sportiv: <ul style="list-style-type: none"> - să determine importanța aspectelor medico-biologice și obiectele ei de cercetare; - să descrie bazele procesuale ale examinării medicale a sportivilor; - să deosebească tipurile principale ale supraoboselii psiho-fizică la sportivi, precum și metodelor de refacere; - să cunoască aspectele fiziologice și biochimice a contracției musculare; - să determine criteriile medico-biologice pentru selectarea copiilor în lupte și arte marțiale; - să determine importanța pregătirii psihologice în sporturile de lupte și arte marțiale; - să deosebească caracteristicile organismului feminin de cel masculin. • obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul ”Formarea profesorilor” prin implicarea acestuia în activități ce conțin: <ul style="list-style-type: none"> - să interpreteze corect bazele procesuale ale examinării și evaluării medicale a sportivilor; - să identifice modificările funcționale în funcție de tipul de efort; - să aplice corect metodele și mijloacele de refacere a sportivilor după efort precum și în cazurile de supraoboseală; - să poată examina în condiții de laborator pregătirea fizică și funcțională a sportivilor din lupte și arte marțiale; - să aplice corect metodele de antrenament în dependența de vârstă și sex. • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, studenții USEFS a Facultății de Sport, pe parcursul unui semestru, vor studia disciplina dată în an IV, sem. VIII, 45 ore contact direct și 45 ore lucru individual, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul de formare profesională -0114. Formarea antrenorului sportiv.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • competența de a colabora în mod eficient cu alți specialiști din domeniul Educație Fizică și Sport, pe baza cunoștințelor și competențelor dobândite; • utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare din disciplinele fundamentale medico-biologice pentru recunoașterea problemelor sportivilor și

	<p>selectarea măsurilor de pentru a depăși crizele apărute;</p> <ul style="list-style-type: none"> • competența de a asigura în mod independent testarea unor parametri medico-biologici și psihologici a elevilor/sportivilor; • competența de a oferi elevilor, sportivilor, precum și altor grupurilor de persoane informații care să le permită să aibă un stil de viață sănătos pe baza cunoștințelor și competențelor dobândite; • competența de a iniția în mod independent măsuri imediate pentru menținerea în viață și de a aplica măsuri în situații de criză sau de catastrofă; • competența de a oferi în mod independent consiliere, indicații și ajutor elevilor/sportivilor pentru a obține performanțe sportive mai înalte; • competența de a analiza calitatea asistenței acordate pentru a-și îmbunătăți practica profesională de specialist în Educație fizică și Sport • competența de a elabora un plan de pregătire a sportivilor din punct de vedere biologic și psihologic în cadrul lecțiilor de antrenament sportiv. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea regulilor de muncă riguroasă și eficientă, manifestarea unei atitudini responsabile față de domeniul științific și didactic, pentru valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în situații specifice, cu respectarea principiilor și a normelor de etică profesională; • Abilitatea de interpretare a rezultatelor și formularea concluziilor în situații. 					
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să determine importanța aspectelor medico-biologice și obiectele ei de cercetare; - să descrie bazele procesuale ale examinării medicale a sportivilor; - să deosebească tipurile principale ale supraoboselei psiho-fizică la sportivi, precum și metodelor de refacere; - să cunoască aspectele fiziologice și biochimice a contracției musculare; - să determine criteriile medico-biologice pentru selectarea copiilor în lupte și arte marțiale; - să determine importanța pregătirii psihologice în sporturile de lupte și arte marțiale; - să deosebească caracteristicile organismului feminin de cel masculin. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să interpreteze corect bazele procesuale ale examinării și evaluării medicale a sportivilor; - să identifice modificările funcționale în funcție de tipul de efort; - să aplice corect metodele și mijloacele de refacere a sportivilor după efort precum și în cazurile de supraoboseală; - să poată examina în condiții de laborator pregătirea fizică și funcțională a sportivilor din lupte și arte marțiale; - să aplice corect metodele de antrenament în dependența de vârstă și sex. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aprecieze importanța aspectelor medico-biologice în domeniul sportiv și integrarea lor cu disciplinele conexe medicale și educație fizică; - să aprecieze importanța aspectelor medico-biologice în practica educației fizice și antrenamentului sportiv; - să aprecieze rolul și locul medicului sportiv în practicarea sporturilor de lupte și arte marțiale. 					
<p style="text-align: center;">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">N/o</p>	<p style="text-align: center;">Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
	Total	Curs	LP	LI		
<p style="text-align: center;">1</p>	6	Aspectele fiziologice și biochimice a contracției musculare	1	2	3	
<p style="text-align: center;">2</p>	6	Aspectele medico-biologice a capacității de efort în antrenamentul din lupte și arte marțiale	1	2	3	
<p style="text-align: center;">3</p>	6	Aspectele procesului de adaptare la efort	1	2	3	

	psiho-fizic în spoturile de luptă și arte marțiale				
4	Criteriile medico-biologice pentru selecția sportivă în probele de luptă și arte marțiale	6	1	2	3
5	Dimorfismul de sex.	6	1	2	3
6	Aspecte fiziologice. Modificări ale sistemelor în urma efortului la sportivii din sporturile de lupte și arte marțiale	6	1	2	3
7	Controlul medico-sportiv în probele de luptă și arte marțiale	6	1	2	3
8	Oboseala și supraantrenamentul în spoturile de luptă și arte marțiale	6	1	2	3
9	Procesul de refacere medico-biologic în antrenamentul sportiv din probele de arte marțiale și lupte	6	1	2	3
10	Metodele și mijloacele de recuperare a traumatismelor în lupte și arte marțiale	6	1	2	3
11	Aspectele psihologice ale pregătirii sportivilor din lupte și arte marțiale	6	1	2	3
12	Semnificația factorilor de stres în lupte și arte marțiale	6	1	2	3
13	Alimentația în sport	6	1	2	3
14	Farmacologia sportivă. Rolul ei în pregătirea sportivilor din lupte și arte marțiale	6	1	2	3
15	Dopajul în sport	6	1	2	3
	Total :	90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>În procesul predării-învățării disciplinei aspectele medico-biologice și psihologice ale probei sportive alese, în cadrul catedrei PSI, este necesară alternarea metodelor și procedeele didactice, orientate spre însușirea eficientă și atingerea obiectivelor procesului didactic. În cadrul lecțiilor teoretice se utilizează metode tradiționale (lecție-expunere, lecție-conversație, lecție de sinteză).</p> <p>În cadrul orelor practice și de laborator sunt utilizate forme de activitate individuală, în grup. Pentru însușirea mai profundă a materialului, se folosesc filme tematice, materiale didactice: tabele, scheme, microfotografii și alte material ajutătoare.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două testări</i> desfășurate în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>două lucrări de laborator</i>, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru</p>				

	examen.	
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Anderson Jeff. Optimum Anabolics. CQC International, LLC, 2004. 119 p. 2. Drăgan I. Medicină sportivă. Ed. medicală. Buc., 2002. 797 p. 3. Fourcroy Jean L. (Edited) Pharmacology, Doping and Sports: A Scientific Guide for Athletes, Coaches, Physicians, Scientists and Administrators. Routledge, 2009. 237 p. 4. France R.C. Introduction to Sports Medicine and Athletic Training (2nd edition). engage Learning, Inc , 2010. - 720 p. 5. Frederic Le Cren. Vitamine și minerale pentru sănătate și longevitate. Ed. Polirom. Iași, 2006. 264 p. 6. Fu F.H. (Ed.) Sports Medicine. ippincott Williams & Wilkins, Wolters Kluwer, Philadelphia, 2010, 640 p. 7. Greenwood Mike, Kalman Douglas, Antonio Jose. Nutritional Supplements in Sports and Exercise. Humana press, 2008. 551 p. 8. Hausswirth Ch., Mujika I. Recovery for Performance in Sport. Champaign, IL: Human Kinetics, 2013. 281 p. 9. Hewett T.E., Shultz S.J., Griffin L.Y. (Eds.) Understanding and Preventing Noncontact ACL Injuries. Human Kinetics, Champaign, IL, 2007. 315 p. 10. Kordi R., Maffulli N., Wroble R.R., Wallace W.A. Combat Sports Medicine. London: Springer-Verlag, 2009. 358 p. 11. Maughan R.J. Sports nutrition. Wiley-Blackwell, Oxford, 2014. 666 p. 12. Reilly Th. Ergonomics in Sport and Physical Activity: Enhancing Performance and Improving Safety. Human Kinetics, 2010. 274 p. 13. Ulmeanu Fl. C. Noțiuni de fiziologie cu aplicații la exercițiile fizice. Ed. Uniunii de cultură fizică și sport, ed. II. Oradea, 1966. 439 p. 14. Vasilachi G. Vasilachi A. Alimentația omului sănătos și a omului bolnav. Ed. ARC. Chișinău, 2008. 356 p. 15. Vâjială Graziela Elena. Biochimia efortului. Ed. România de Mâine. Buc., 2002. 140 p. 16. Алексанянц Г.Д., Абушкевич В.В. и др. Спортивная морфология. Учебное пособие / Алексанянц Г.Д., Абушкевич В.В., Тлехас Д.Б., Филенко А.М., Ананьев И.Н., Гричанова Г.Т. — М.: Советский спорт, 2005. 92 с. 17. Арансон М.В. Питание для спортсменов. М.: Физкультура и спорт, 2001. 224 с. 18. Ачкасов Е.Е., Руненко С.Д., Пузин С.Н. Врачебный контроль в физической культуре. М.: Триада X, 2012. 130 с. 19. Батырев М., Батырева Т. Спортивное питание. Питер, 2005. 138 с. 20. Борисова О.О. Питание спортсменов: зарубежный опыт и практические рекомендации. М.: Советский спорт, 2007. 132 стр. 21. Буланов Ю.Б. Питание мышц. Тверская областная типография, 2004. 260 с. 22. Всемирный антидопинговый кодекс. М.: РУСАДА, 2012. 10 с. 23. Григорьев В.И., Давиденко Д.Н., Чистяков В.А. Культура питания спортсмена. Учебное пособие. – СПб.: СПбГУЭФ, 2011. 191 с. 24. Гуттерман Л.А. Анатомия, физиология, гигиена подростков. Часть 1. Учебное пособие. — Ростов-на-Дону: ЮФУ, 2008. 255 с. 25. Дембо А. Г. Актуальные проблемы современной спортивной медицины. Физкультура и спорт. Мос, 1980. 295 с. 26. Джексон Р. Спортивная медицина. Олимпийская литература. Киев, 2003. 383 с. 27. Дидур М.Д. (ред.) Современные подходы к применению витаминных и 	

	<p>иммунологических препаратов в спортивной медицине и программах физической реабилитации. Пособие для врачей. СПб, Комитет по здравоохранению СПб, СПбГМУ им. акад. И.П. Павлова, 2002. 48 с.</p> <p>28. Добрин Н.А. Питание для спортсменов. СПб.: Человек, 2010. 192 с.</p> <p>29. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте. М.: ФиС, 1991. 206 с.</p> <p>30. Дубровский В.И. Спортивная медицина. Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., доп. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС 2002 г. 512 с.</p> <p>31. Дубровский В.И. Спортивная медицина. Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. 2-е изд., доп. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС 2002г. 512 с.</p> <p>32. Епифанов В. (ред.). Спортивная медицина. Учебное пособие. ГЭОТАР-Медиа, 2006. 336 с.</p> <p>33. Епифанов В.А. Лечебная физическая культура и спортивная медицина. Учеб. лит. для студ. мед. вузов. М.: Медицина, 1999. 304 с.</p> <p>34. Заборова В.А. (ред.) Энергообеспечение и питание в спорте. М.: Физическая культура, 2011. 107 с.</p> <p>35. Захарова В.В., Чернова Н.А. Питание как составная часть тренировочного процесса. Ульяновск, УлГТУ, 2005. 32 с.</p> <p>36. Капилевич Л.В., Давлетьярова К.В. и др. Физиологические методы контроля в спорте. Томск: Изд-во Томского политехнического университета, 2009. 172 с.</p> <p>37. Капилевич Л.В., Дьякова Е.Ю. Спортивная биохимия с основами спортивной фармакологии. Учебное пособие. Томск, ТПУ, 2011. 152 с.</p> <p>38. Карпман В.Л., Белоцерковский З.Б., Гудков И.А. Тестирование в спортивной медицине. М.: ФиС, 1988. 208 с.</p> <p>39. Кирилина В.М. Спортивная медицина. Часть 1. Учебное пособие. Петрозаводск: Изд-во ПетрГУ, 2014. 52 с.</p> <p>40. Кирьянова Л.А. и др. Элементы лечебного массажа как средство реабилитации при заболеваниях опорно-двигательного аппарата. Ульяновск: УлГТУ, 2014. 111 с.</p> <p>41. Клейнер С. Спортивное питание победителей. М.: Эксмо, 2011. 382 с.</p> <p>42. Коц Я.М. Спортивная физиология. Учебник для институтов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1986. 240 с.</p> <p>43. Коц Я.М. Спортивная физиология. Учебник для институтов физической культуры. М.: Физкультура и спорт, 1998. 200 с.</p> <p>44. Кулиненко О.С. Фармакологическая помощь спортсмену. М.: Советский спорт, 2007. 240 с.</p> <p>45. Кулиненко О.С. Фармакология и физиология силы. МЕДпресс. 2004. 128 с.</p> <p>46. Кулиненко О.С. Фармакология спорта. М.: МЕДпресс-информ, 2007. 104 с.</p> <p>47. Курбатова Р.В., Каратеева В.И., Хатунцев Ю.П. Реабилитация в спорте. Учебное пособие. Издательско-полиграфический центр Воронежского государственного университета, 2011. 29 с.</p> <p>48. Ланда А.М., Михайлова Н.М. Профилактика и лечение спортивных повреждений. Л.: Физкультура и спорт, 1953. 289 с.</p> <p>49. Макарова Г.А. Спортивная медицина. Учебник. М.: Советский спорт, 2003. 480 с.</p> <p>50. Макарова Г.А. Фармакологическое сопровождение спортивной деятельности: реальная эффективность и спорные вопросы. М.: Советский спорт, 2013. 232 с.</p> <p>51. Мак-Дугалл Дж. Дункан, Уэнгер Говард Э., Грин Говард Дж. Физиологическое тестирование спортсмена высокого класса. Киев: Олимпийская литература, 1998. 432 с.</p>
--	---



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Aspectele medico – biologice și psihologice ale probei sportive aleasă AMBPSA (înotul sportiv)					
Titularul cursului		Rîșneac Boris, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licența)	L	Codul cursului	F 08 O.53	Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F-orientare fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
Email	catedra- natație@mail.ru	Total	C	S	LP	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Aspectele medico – biologice și psihologice ale probei sportive aleasă (înotul sportiv)” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul Științe ale sportului, specialitatea Antrenament sportiv, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Curriculum-ul este axat pe următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none">• <i>Obiective generale</i> ale disciplinei AMBPSA sunt direcționate spre formarea specialiștilor cu un nivel înalt de pregătire profesională în domeniul natației capabili să implementeze mijloacele înotului în vederea ameliorării și îmbunătățirii aspectelor funcționale a persoanelor de diferite vârste.• <i>Obiectivele cadru</i> ale disciplinei AMBPPSA urmăresc crearea unui mecanism stabil cu privire la dezvoltarea aptitudinilor profesionale prin obținerea cunoștințelor și deprinderilor în procesul desfășurării activităților teoretice și practico-metodice organizate cu studenții.						

	<ul style="list-style-type: none"> • Obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru urmăresc pregătirea practico-metodică a studenților, astfel încât profesionalismul obținut în acest proces pedagogic să contribuie la o aplicare cât mai eficientă în activitatea profesională ulterioară a specialistului. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an IV, sem. 8, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv la înot.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea metodologiilor teoretice privind aspectele medico-biologice și psihologice în cadrul antrenamentului sportiv; • Elaborarea și sistematizarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijare și coordonare în vederea pregătirii profesionale a viitorilor specialiști; • Implementarea tehnologiilor moderne în stabilirea parametrilor medico-biologici și psihologici în pregătirea înotătorilor; • Asigurarea unui management efektiv în colaborarea cu instituțiilor medicale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea materialului informativ specific aspectelor medico-biologice și psihologice va fi direcționat spre rezolvarea sarcinilor complexe în procesul desfășurării antrenamentului sportiv al înotătorilor; • Implementarea aparatajului tehnic, medico-biologic în cadrul procesului didactic al studenților va contribui la formarea competențelor profesionale în vederea asigurării unui proces eficient al înotătorilor de performanță.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivelul de cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să se informeze despre structura și conținutul disciplinei „Aspectele medico-biologice și psihologice ale probei sportive alese” – specializarea natație; - să cunoască mecanismele limitative a sistemului respirator exterior și mijloacele de majorare a eficienței aparatului respirator exterior la sportivii înotători; - să cunoască mecanismele de reglare neurohumorală a sistemelor organismului, însemnătatea ei în optimizarea activității sportive; - să cunoască particularitățile volumului și viteza prelucrării informației în sfera intelectuală a sportivului, activitatea limitativă în proba sportivă; - să cunoască legitățile creșterii și dezvoltării organismului; - să cunoască metodologia controlului medical și dinamica stării funcționale psihice a înotătorilor; - să cunoască aspectele medico – biologice și psihologice a selecției sportive; - să cunoască particularitățile medico – biologice a sportului feminin; - să cunoască tehnologiile și metodele de efectuare a controlului medical. <p>La nivel de aplicare :</p> <ul style="list-style-type: none"> - să utilizeze formele de explicare verbală a materiei studiate în cadrul orelor de seminar, practice și metodice; - să utilizeze formele de comunicare didactică în cadrul orelor practico – metodice; - să utilizeze metode, procedee metodice și mijloace în procesul de instruire. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să-și autoevalueze nivelul pregătirii teoretice și metodice; - să-și evalueze nivelul de integrare și aplicare a aparatajului medical de cercetare stării funcționale și psihice a sportivului;

	<ul style="list-style-type: none"> - să explice esența și importanța aspectelor medico-biologice în antrenamentul sportiv; - să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea sportivului ce practică înotul sportiv; 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1.	Factorii medico-biologici și psihologici care limitează activitățile sportive	12	6		6
	2.	Bazele medico-biologice și psihologice a sportului juniorilor	12	6		6
	3.	Aspectele medico-biologice și psihologice a selecției sportive	12	6		6
	4.	Particularitățile medico-biologice și psihologice a sportului feminin	12	6		6
	5.	Controlul medico-biologic și psihologic asupra eficienței antrenamentului sportiv	12	6		6
	6.	Factorii medico-biologici și psihologici care limitează activitățile sportive:	8		4	4
	7.	Bazele medico-biologice și psihologice a sportului juniorilor.	8		4	4
	8.	Aspectele medico-biologice și psihologice a selecției sportive.	8		4	4
9.	Particularitățile medico-biologice și psihologice a sportului feminin.	6		3	3	
Total :			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristica (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma <i>delucrări de control, teste de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și lucrărilor individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Notafinală	100%
	Notapentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrului individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarenco T. – Înotul sportiv. Ed. „Cartea Moldovei” Chișinău, 1975. 2. Botnarenco T., Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013. 3. Caunsilmen D.E. – Наука о плавании. М.: ФиС, 1972. 4. Caunsilmen D.E. – Спортивное плавание. М.: ФиС, 1982. 5. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001. 6. Булгакова Н. – Плавание. Учебник для институтов физической культуры. М.: ФиС, 1979. 7. Ганчар И.Л. – Плавание: теория и методика преподавания спортивно-педагогического совершенствования. Часть III. Учебное пособие. Одесса. «Друк», 2007. 8. Гилев Г.А. Экспериментальное исследование возможностей повышения эффективности специальной физической подготовки пловцов на основе использования тренажерных устройств: Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – М., 1978. – 21 с. 9. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000. 10. Макаренко Л.П. Юный пловец. М. «ФИС», 1983. 11. Ньюсом П., Янг А. Эффективное плавание. Методика тренировки пловцов и триатлетов / Пол Ньюсом, Адам Янг; пер. с англ. Дианы Айше; под ред. Сергея Ленивкина. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. 400 с. 12. Плавание. Библия тренера / [пер. с англ. Кононова Е.]. – Москва: Эксмо, 2014. – 416 с.: ил. 13. Плавание. Программа для тренерских факультетов институтов физической культуры (курс специализации). Москва 1983. 14. Платонов В.Н. – Общая теория подготовки спортсменов в Олимпийском спорте: Учеб. для студентов вузов физ. воспитания и спорта. К.: Олимпийская литература, 1997. 15. Платонов В.Н. – Плавание. – Киев: Олимпийская литература, 2000. 16. Платонов В.Н. Спортивное плавание. Путь к успеху. Книга 1 и 2. Издательство «Советский спорт». М. 2012. 17. Физиология спорта и двигательной активности, Уилмор Д.Х., Костилл Д.Л., 1997. 463 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Rîșneac Boris



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Aspectele medico-biologice și psihologice a probei sportive aleasă AMBPSA (gimnastica ritmică)					
Titularul cursului		Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 08 O. 53	Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Gimnastica	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Aspectele Medico-Biologice și Psihologice a Probei Sportive Aleasă” (gimnastica ritmică) este parte componentă a științelor sportului prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul antrenamentului sportiv, anume în gimnastică ritmică, în cadrul facultății de Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului din domeniul sportului, care presupun formarea specialiștilor-antrenorilor cu înaltă pregătire în domeniul gimnasticii ritmice capabili de a utiliza diverse mijloace moderne de pregătire a sportivelor, pași de gimnastică, ca elemente fără obiect și cu obiect portativ, diverse metodici și programe de pregătire, regulile descrierii exercițiilor, operarea cu terminologia sportivă a						

	<p>gimnasticii ritmice, în cadrul activităților de antrenament la gimnastica ritmică, desfășurate cu diverse contingente de sportivi.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului din domeniul sportului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare profesională a specialistului-antrenorului în domeniul gimnasticii ritmice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodicii de desfășurarea a antrenamentului sportiv probei sportive-gimnasticii ritmice, care va asigura buna desfășurare a diverselor programe de antrenament de pregătire a diferitor contingente de sportivi din gimnastica ritmică; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an IV., sem. 8, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv (gimnasticii ritmice).</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea antrenamentelor la gimnastica ritmică în cadrul școlilor sportive, secțiilor sportive și cercurilor sportive de gimnastică ritmică cu copii de diferite vârste și diferit nivel de pregătire; • Elaborarea și gestionarea proiectelor didactice, planurilor de pregătire și acțiunilor de dirijarea și coordonare a antrenamentului de gimnastică ritmică; • Utilizarea diverselor mijloace și metode pentru diferite tipuri de pregătire în antrenamentul sportiv de gimnastică ritmică; • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul sportului și psihologiei pentru instruirea tehnicii în gimnastica ritmică; • Formarea priceperilor și deprinderilor profesionale pedagogice la antrenori, orientate spre proiectarea, organizarea și desfășurarea lecției de antrenament în gimnastica ritmică, precum și din domeniul aspectelor medico-biologice și psihologice. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al gimnastelor ritmice în corespundere cu codul de punctaj internațional (FIG); • Aplicarea procedurilor tehnice în cadrul antrenamentului în corespundere cu specificul probei de gimnastică ritmică; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește școlile sportive, secțiile și cercurile de gimnastică ritmică.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dobândească un set de cunoștințe teoretice privind noțiunile generale în domeniul „AMBPPSA” la gimnastica ritmică; ▪ să distingă obiectivele și să interpreteze conținutul bazelor psihologice a formării deprinderilor motrice în cadrul antrenamentului la gimnastica ritmică; ▪ să definească conținutul bazelor psihologice a eficacității procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică și alte aspecte a cursului.

	<p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aplice aspecte psihologice a formării deprinderilor motrice în cadrul procesului de instruire și antrenament la gimnastica ritmică; ▪ să modeleze conținutul metodicii de educare a capacităților psihomotrice (rapiditatea, rezistența specială, forța musculară, coordonarea motrice, elasticitatea) în cadrul procesului de antrenament la gimnastica ritmică la diferite etape a pregătirii sportive. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine abordări teoretice, diverse clasificări și metodicile din domeniul disciplinei ASMBPPSA în procesul de antrenament în cadrul pregătirii gimnastelor cu diferit nivel de performanțe; ▪ să selecteze cele mai potrivite mijloace pentru elaborarea metodicii de educarea capacităților psihomotrice pentru pe viitor să poate fi integrată în procesul de antrenament la gimnastica ritmică; ▪ manifestarea atitudinii pozitive și responsabile față de disciplina „Aspectele Medico-Biologice și Psihologice a Probei Sportive Aleasă”; ▪ să aplice cunoștințele, abilitățile profesionale obținute în cadrul diverselor aspecte a disciplinei „Aspectele Medico-Biologice și Psihologice a Probei Sportive Aleasă” (gimnastica ritmică) în viață în procesul pregătirii gimnastelor. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	<p>Psihomotoricitatea și indicii care caracterizează dezvoltarea ei.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Indice psihomotoric – rapiditatea, definiția ei. - Indice psihomotoric – rezistența, definiția ei. - Indice psihomotoric - forța musculară, definiția ei. - Indice psihomotoric - coordonarea motrice, definiția ei. - Indice psihomotoric – elasticitatea, definiția ei. 	32	4	12	16
	2	<p>Bazele psihologice a formării deprinderilor motrice.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Definiția noțiunii de priceperi și deprinderi motrice; - Rolul gândirii conștiente în instruire motrice; - Antrenamentul idiomotoric și rolul lui în activitatea sportivă; - Rolul repetării și memoriei în instruire motrice; - Rolul greșelilor în instruirea; - Rolul metodelor de instruire în succesul formării deprinderilor motrice. 	24	4	8	12
3	<p>Bazele psihologice a eficacității procesului de instruire și antrenament.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Principiul conștientizării activității active a eficacității procesului de antrenament; - Principiul sistematic și emoțional a eficacității procesului de antrenament; - Principiul de progresare a sarcinilor de dificultate optimă a eficacității procesului 	24	4	8	12	

	de antrenament; - Principiul instruirii și antrenării individuale a procesului de antrenament; - Principiul de modelare a activității competiționale.				
4	Sfera de voință a gimnastelor și manifestarea ei în activitatea sportivă. - <i>Voința și componentele ei:</i> - manifestarea curajului în activitatea sportivă; - fermitate (hotărâre) și manifestarea ei în activitatea sportivă; - răbdarea și perseverența și manifestarea acestora în activitatea sportivă.	10	3	2	5
Total :		90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul (lecții de laborator sau practice). Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/Lecțiile practice, laborator de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz, lecții practico-metodice. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, problematizarea, demonstrarea, prezentarea, lucrul în echipă, algoritmul, jocul didactic, practica instructivă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică și practică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportunității a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>				

	studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p. 2. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p. 3. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека: Учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2003. 384 с. 4. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с. 5. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с. 6. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с. 7. Крайждан,О., Методика воспитание координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Tipogr. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9 8. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с. 	

Data completării: 01.09.2021

Craijdan Olga



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Aspecte medico-biologice și psihologice a probei sportive aleasă AMBPSA (gimnastica artistică)					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 08 O.53	Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare		Ex.	
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90	
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Gimnastică	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>cursului</i> „Aspecte medico-biologice și psihologice ale probei sportive alese” (gimnastica artistică) în predare și învățare oferă sugestii privind elementele operaționale de teorie și practico-metodice cu ajutorul cărora cadrul didactic poate desfășura activitățile didactice potrivit noilor cerințe ale calității, privind problemele sănătății fizice și psihice ale gimnaștilor. Lecțiile teoretice oferă studenților teme de:</p> <ul style="list-style-type: none">- patologia sportivă; afecțiunile, simptomele, cauzele lor și situațiile de remediere; mecanismele psihofiziologice de prelucrare a informațiilor de învățare. Se propune un model medico-biologic și psihologic al antrenamentului sportiv. <p>Informațiile teoretice se aplică în practică de către student ca obiective generale și speciale în pregătirea profesională.</p> <p>Un obiectiv major se propune de a diferenția activitățile de refacere neuro-psihice, neuro-musculare, endocrino-metabolice și cardio-respiratorie în cadrul activităților de efort. Grupe de lecții practico-metodice acoperă în întregime obiectivele metodelor</p>						

complexe de examinare a sportivului, inclusiv și relaxarea psihofuncțională și fizică.						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <p>Elaborarea și aplicarea proiectelor didactice în baza cunoașterii aspectelor medico-biologice și psihologice ale instruirii.</p> <p>Utilizarea tehnologiilor de instruire conform grupărilor mecanismelor medico-biologice și psihologice în cadrul activităților didactice.</p> <p>Demonstrarea succeselor învățării disciplinei în practică prin modelarea suporturilor de bază metodico-biologice și psihopedagogice.</p> <p>Stimularea interesului față de profesia aleasă prin argumentarea cunoștințelor și competențelor de organizare a procesului instructiv-educativ.</p> <p align="center">Competențe transversale:</p> <p>Transversalitatea elimină perspectiva unilaterală de abordare a conținutului didactic în predare-învățare. Determină perspectiva de abordare a strategiilor metodologice în funcție de resursele concentrate la nivelul criteriilor de formare profesională.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formarea unei viziuni a capacităților de aplicare a aspectelor medico-biologice și psihologice în cadrul instruirii la disciplinele ramurii sportive alese. - Formarea unor abilități de selectare și proiectare didactică, cercetare, experimentare și aplicare de învățare a diferitor strategii metodice din diverse ramuri sportive și gimnastică. - Formarea competenței profesionale în cadrul unui sistem de științe integrate, privind selecționarea conținuturilor didactice transdisciplinare. 					
	Finalități de performanțe la curs	<p align="center">Competențe la nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să identifice proprietățile bazelor medico-biologice și psihologice ale acțiunilor motrice în PSA. • să demonstreze cunoștințele în asigurarea pregătirii funcționale și psihologice în PSA și să stabilească esențialul acestei pregătiri. • să recunoască aspectele medico-biologice ale RSA și să demonstreze înțelegerea corectă a valorilor mijloacelor medico-biologice și psihologice ale probei dese. <p align="center">Competențe la nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aplice cunoștințele în practică și să clasifice metodele de diagnosticare a stării funcționale și psihice: ▪ să opereze cu sistema de pregătire psihologică în baza determinării stării sistemului nervos și analizatorilor în pregătirea sportivă. ▪ să utilizeze mijloacele medico-biologice și psihologice în eficientizarea pregătirii sportive. <p align="center">Competențe la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența utilizării mijloacelor medico-biologice și psihologice în eficientizarea stării funcționale și psihice a gimnaștilor. ▪ să îmbine și să evidențieze metodele medico-biologice, psihologice și pedagogice pentru cercetătorii în PSA și să demonstreze rolul acestora în cadrul eficientizării procesului de antrenament sportiv. 				
Tematica și repartizarea orelor la curs		N/o	Conținuturile unității de curs	Numărul de ore		
			Total	Curs	LP	LI
	1	Obiectivele cursului. Aspecte medico-biologice și psihologice în RSA.	6	2		4
2	Sistemul nervos și analizatorii. Afecțiunile, simptomele, cauzele lor și situațiile de remediere. Diagnosticarea.	14	2	4	8	

	3	Mecanismele psiho-fiziologice de prelucrare primară a informațiilor procesului de învățare. Analizatorii și senzațiile. Diagnosticarea.	16	2	4	10
	4	Gândirea, memoria, atenția, imaginația și inteligența motorie. Diagnosticarea.	10	2	4	4
	5	Agresivitatea – componentă comportamentală. Stresul și atitudinea. Personalitatea profesorului și sistema de personalitate. Diagnosticarea.	12	2	6	4
	6	Sistema mijloacelor de refacere. Scopul, obiectivele și conținutul refacerii. Principalele refaceri. Diagnosticarea.	12	2	6	4
	7	Structura procesului de recuperare. Clasificarea mijloacelor de refacere/recuperare.	12	2	4	6
	8	Condițiile de utilizare a mijloacelor de refacere/recuperare.	8	1	2	5
	Total :		90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului	<p>Procedeele metodice de predare și învățare pot fi clasificate în dependență de funcționalitate conform prelegerilor și lecțiilor practico-metodice conform categoriilor taxonomice de competență – cunoaștere, înțelegere, analiză, sinteză și prin metodele: algoritmizare, brainstorming, sinteză, studiul de caz, convenția euristică, dezbaterea, descoperirea exercițiului, demonstrația în dependență de tematica cursului medico-biologice, psihologice și pedagogice specifice PSA – gimnastica.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală sau practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire teoretic și motrice a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile motrice și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se desfășoară în cadrul orelor seminare/practice (laborator), pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), pentru a determina dinamica formativă a procesului didactic a studentului, stimularea procesului de instruire din partea studentului, contribuie la determinarea oportună a neajunsurilor în însușirea materialului de studii și se realizează prin jocuri didactice, formate în proiectarea și modelarea situațiilor didactice practice. Evaluarea tematică presupune elaborarea testelor practice, formate în sarcinile complexe, desfășurate practic atât individual, cât și în grup, precum și evaluarea <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală + examen	40%
	Nota pentru evaluarea curentă	60%
Referințe bibliografice	<p>1. Dicționar de psihologie. Coord. Ursul Șchiopu. București. Babel, 1987, pp.88, 141, 382, 439-449.</p> <p>2. Dragnea Adrian. Mijloacele de refacere a capacității de efort. În Antrenament sportiv. Teorie și metodologie. Vol. I. București, 1992, p.75-85.</p> <p>3. Graham Iones. Stresul și anxietatea. Ghid pentru optimizarea performanțelor. Coord. Stephan I.Bull. București: Editura trei, 2011, p.62.</p> <p>4. Grimalschi T. Aspecte medico-biologice și psihologice ale ramurii sportive alese. În: Gimnastica artistică. Curs teoretic de bază la disciplinele de orientare spre specializare. Chișinău: Foxtrot, 2015, p.66-116.</p> <p>5. Henry B.Lin. Secretele medicinei. Traducere de Dana Lidia. Iași: Polirom, 2006, pp.177-342.</p> <p>6. Ulmeanu Fl.C. Noțiuni de fiziologie cu aplicații la exercițiile fizice. Ed. A II-a revăzută. Oradea: Poligrafia „Crișană”, 1966, p.344, 439.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Grimalschi Teodor



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Aspecte medico-biologice și psihologice a probei sportive aleasă AMBPSA (atletism)					
Titularul cursului		Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 08 O. 053	Anul	4	Semestrul	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra Atletism	Atletism		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	atletism.usefs@mail.ru		Total	C	L/P	S	LI
			90	15	24	6	45
Nota de prezentare	<p>”Aspecte medico-biologice și psihologice a probei sportive aleasă (atletism)”, în general, și ale celui de performanță, în special, dintotdeauna au fost și vor rămâne una din problemele de bază ale antrenamentului sportiv. Creșterea continuă a rezultatelor sportive necesită, pentru obținerea lor, intensități tot mai ridicate ale eforturilor, ceea ce, la rândul său, amplifică riscul supraantrenamentului, cu consecințele corespunzătoare. S-a majorat numărul sportivilor cu dereglări ale ritmului cardiac, cu boli cronice, cum ar fi, spre exemplu, colecistita. Aceasta se datorează, în primul rând, pregătirii insuficiente în acest domeniu a specialiștilor, dar și a sportivului însuși.</p> <p>În cadrul acestui curs, viitorii antrenori vor studia aprofundat aspectele medico-biologice și psihologice ale probei de sport alese, fapt ce va contribui la creșterea calitativă a nivelului de pregătire profesională a lor.</p> <p>Modulul „Aspecte medico-biologice și psihologice ale probei de sport alese” prevede în total un număr de 75 de ore, dintre care 41 de ore teoretice și 34 ore – practico-metodice și de laborator.</p>						

	<p>Fiecare student va fi obligat să însușească în întregime materialul de studiu al acestei programe, cunoscând legitățile medico-biologice ale organismului sportivului în procesul îndeplinirii eforturilor de diferită intensitate, reacția diferitelor sisteme ale acestuia, stările patologice și măsurile care vor trebui întreprinse și, de asemenea, traumatismele, acordarea primului ajutor și măsurile de profilaxie.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Formarea și consolidarea unui sistem de cunoștințe practice și teoretice din domeniul atletismului, cu referire la aspectele medico- biologice și psihologice ale probei de sport alese;</p> <p>Formarea unor concepte și valori reacția diferitelor sisteme ale acestuia, stările patologice și măsurile care vor trebui întreprinse și, de asemenea, traumatismele, acordarea primului ajutor și măsurile de profilaxie.</p> <p>Aplicarea fundamentelor, teoriilor specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme ale atletismului, cu referire la legitățile medico-biologice ale organismului sportivului în procesul îndeplinirii eforturilor de diferită intensitate;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Îmbunătățirea continuă a stării de sănătate, a nivelului pregătirii motrice, psihice, precum și a dezvoltării corporale armonioase; • Să cunoască și să aplice mijloacele din atletism, în vederea îndeplinirii obiectivelor instructiv-educative și de asanare prevăzute de curriculum; • Să asigure un bagaj optim de cunoștințe practice și metodice pentru practicarea atletismului, cu posibilitate de transfer în activitatea independentă și de loisir. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre aspectele biologice și medicale, precum și cele psihologo-pedagogice ale organismului sportivului în procesul practicării atletismului, în scopul satisfacerii nevoilor și acționării, pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/de stat în situații reale ale vieții, pe teme ce țin de domeniul vizat în cadrul disciplinei AMBPPSA. • Competențe de a comunica într-un stil științific argumentat pe probleme referitoare la bazele teoretice și metodologice ale atletismului, ca disciplină de studiu. • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții, pe probleme ce reflectă materia de studiu la atletism. • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din domeniul organizării și desfășurării competițiilor de atletism. • Competențe de a acționa autonom și creativ, în diferite situații de viață, pentru ași fortifica starea de sănătate prin aplicarea exercițiilor atletice în activitatea motrice cotidiană. • Competențe de a aplica, în situații reale, instrumentele tehnologiilor informaționale. • Competențe de a crea documente în domeniul informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua internet, în situații reale, dar și cu referire la desfășurarea competițiilor de atletism. • Competențe de a colabora în echipă, de a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile semenilor săi. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa, în diferite situații, în baza normelor și valorilor moral-spirituale. • Competențe de gândire critică asupra activității sale în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod de viață sănătos. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii, în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. • formarea la studenții ciclului I a competențelor profesionale, formate în cadrul cursului ambppsa, la orele de laborator și practice, în procesul de instruire și antrenament.

Finalități și performanțe la curs/modul

La nivel de cunoaștere:

- studentul va trebui să însușească în întregime materialul programei; va cunoaște metoda efectuării diferitelor testări folosite în atletism și va putea să le aplice în practică;
- va cunoaște mijloacele și metodele de refacere folosite în sport și le va putea aplica cu eficacitate în dependență de probă, vârstă și sex;
- va cunoaște traumatismele și maladiile frecvente la sportivi. Va putea acorda primul ajutor în caz de traumă și va ști să alcătuiască un plan de vitaminizare, după caz și specialitate (probă).

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să cunoască metoda desfășurării testărilor și să o poată aplica în activitatea practică de antrenorat;
- să aplice cunoștințele și competențele acumulate în activitatea practică de desfășurare a ședințelor de antrenament și competițională;
- să elaboreze unele studii despre impactul aplicării diferitelor mijloace de refacere, pedagogice, psihologice și farmacologice asupra rezultatelor competiționale; să întocmească diferite scheme de refacere pentru sportive cu diferit nivel de pregătire;
- să cunoaște traumatismele și maladiile frecvente la sportive și să fie apt să acorde primul ajutor în caz de traumatisme.

La nivel de integrare:

- să elaboreze obiective, strategii manageriale în realizarea cadrului profesional în domeniul atletismului;
- să explice esența procesului de refacere și să fie apt să aplice în practică diferite tehnici și mijloace ale acestuia;
- să comunice și să acționeze eficient în procesul promovării imaginii atletismului în rândul populației și viitorilor practicanți/specialiști în domeniul atletismului.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

Nr. crt.	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	LP	LI
1	Selecția sportivă în atletism		1	2	4
2	Demorfismul de sex. Femeia și sportul		1	2	4
3	Aspecte de vârstă și de sex ale antrenamentului sportiv atletic		1	2	2
4	Particularitățile antrenamentului sportiv la atletism		1	2	4
5	Procesul de adaptare la efort în antrenamentul sportiv atletic		1	3	4
6	Procesul de restabilire medico-biologică după efort în antrenamentul sportiv atletic		1	3	4
7	Procesul de restabilire pedagogică în antrenamentul sportiv atletic		1	2	2
8	Procesul de restabilire psihologică în antrenamentul sportiv atletic		1	2	4
9	Testările medico-biologice în sportul de performanță		1	2	4
10	Traumatismele și bolile sportivilor de performanță apărute în diferite probe atletice		1	2	4
11	Pregătirea farmacologică a atleților și controlul antidoping		1	2	2
12	Selecția sportivă în atletism		1	2	2
13	Particularitățile antrenamentului sportiv la altitudine		1	2	1
14	Restabilirea pedagogică, medico-biologică și psihologică în sport		1	2	2
15	Traumatismele și bolile la sportivii de performanță, dopajul și influența nefastă a acestuia asupra stării de sănătate		1		2
Total :		90	15	30	45

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursurile teoretice, orele de laborator și practice, precum și orele de seminar. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbatere, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>		
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală, se efectuează la începutul activităților de predare, pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de laborator</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Evaluarea calității însușirii materialului de studiu se realizează atât în procesul (de cel puțin de trei ori), cât și la sfârșitul studiului. Curriculumul modulului prevede participarea la seminarii și ore de curs în limita a cel puțin de 70%, în primul caz, și cel puțin de 90% - în cel de-al doilea. Studentul trebuie să pregătească un referat - proiect de concurs sportiv la proba de specializare. Nota finală este rezultatul însumării notelor curente (60%) și a celei finale (40%). Nota finală este calculată ca nota medie a cel puțin trei note obținute la seminar (test scris/practic) și nota pentru referat-proiect. Rezumatul este evaluat în conformitate cu schema de mai jos. Procedura de evaluare actuală și finală este reglementată de decizia conducerii Catedrei de profil.</p>		
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>		Nota finală	100%
		Nota pentru evaluarea finală	40%
		Nota evaluarea curentă	20%
		Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
		Nota lucrul individual	20%
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Atletism. Prelegeri. Curs specializare (anul IV), sub redacția lui D.C. Alexandrescu, București, 1991. 243 p.</p> <p>2. Atletism: tehnică, metodică, regulament / Gloria Rață. – Bacău: Alma Mater, 2002, 287 p.</p> <p>3. Atletism în sistemul educațional / Liliana Mihăilescu, Nicolae Mihăilescu. – Pitești: Editura Universității din Pitești, 2006. 364 p.</p> <p>4. Diaconescu Dan Silviu. Metodica predării tehnicii în probele atletice. Ager, 2003, 140 p.</p> <p>5. Dragnea Adrian. Teoria antrenamentului sportiv, București, IEFS, 1990. 244 p.</p>		

6. Muraru Anton. Ghidul antrenorului, volumele I-III, București, 2005, 399 p.
7. Nicu Alexe. Antrenamentul sportiv modern. București, Editis, 1993, p. 310-393.
8. Бевзюк В.С., Куцегуб С.И. Легкая атлетика (учебное пособие).-Херсон, 2004. 152 с.
9. Бондарчук А. Управление тренировочным процессом спортсменов высокого класса. Москва: Олимпия Пресс, 2007. 272 с.
10. Железняк Ю.Д., Максименко Г.Н. Спортивно-педагогическое совершенствование /Программы педагогических институтов. Москва, 1985. 42 с.
11. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – 2-е изд. Перераб. и доп. Москва: Академия, 2005. 272 с.
12. Лимарь Л.П. Легкая атлетика для юношей. Москва: Физкультура и спорт. 1969. 223 с.
13. Легкая атлетика и методика преподавания: Учеб. для ин-тов физ. культ. / Под ред. О.В.
14. Колодня, Е.М. Лутковского, В.В. Ухова. Москва: Физкультура и спорт. 1985. 271 с.
15. Легкая атлетика: Учеб. для ин-тов физ. культ./ Под. ред. Н.Г. Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н. Примакова. Изд. 4-е, доп., перераб. Москва: Физкультура и спорт. 1989. 671 с.
16. Основы легкой атлетики. Сост. Бойко А.Ф. Москва: Физкультура и спорт, 1976. 200 с.
17. Особенности обучения видам легкой атлетики в условиях институтов физической культуры. Сборник научных трудов. – Ленинград: изд. ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта, 1986. 98 с.
18. Суслов Ф.П., Гиппенрейтер Е.Б. Подготовка спортсменов в горных условиях. Москва: Олимпия Пресс, Терра-Спорт, 2000. 176 с.
19. Теория тренировки. Система ИААФ «Обучение и сертификация тренеров» (часть 1 и 2) / Под общей редакцией Вадима Зиличенка. – МРЦР ИААФ, 2005. 580 с.

Data completării: 05.01.2022

Povestca Lazari



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Elemente de finanțare în sport					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei, dr. în economie, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08 O.54	Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Economia culturii fizice și sportului este o disciplină aplicată care face parte din complexul de științe economice care studiază activitățile economice ale entităților economice individuale și ale societății în ansamblu pentru a înțelege și explica natura acestei activități, a prezice procesele economice și reglementează-le. Mai precis, economia culturii fizice și sportului este o știință care studiază metode de rezolvare a problemelor practice care apar în domeniul relațiilor sportive legate de utilizarea resurselor materiale, de muncă, financiare și de altă natură la nivelul organizațiilor sportive individuale și al societății. ca un întreg, per total.</p> <p>Cultură fizică și sport este o ramură a economiei naționale, a cărei principală funcție economică este producerea de servicii sportive. În domeniul culturii fizice și al sportului, este necesar să se facă distincția între lucrătorii care oferă servicii sportive și toți cei care, în timp ce se angajează în cultura fizică și sport, consumă, utilizează aceste servicii.</p> <p>Educația fizică și sportul sunt destinate consumului personal. Acest consum este realizat în diverse forme și necesită costul: o anumită cantitate de bogăție materială,</p>						

	<p>timp, efort fizic și mental. În același timp, serviciile sunt create în forma lor pură, care este legată de activitatea de întreținere a consumului personal. Aceste servicii nu sunt furnizate de consumatorii înșiși (sportivi, atleți), ci de persoane speciale, de lucrători în domeniul culturii fizice, pentru care serviciile sportive sunt productive, activități de lucru.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea și formularea problemelor economice care apar în procesul dezvoltării relațiilor economice în domeniul culturii fizice și sportului, precum și să indice modalități de rezolvare a acestora; ▪ Utilizarea cunoștințelor din domeniul economiei (legi, modele) pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte asociate domeniului profesional; ▪ Generarea de noi cunoștințe și cercetări în domeniul economiei activității fizice și sportului; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; ▪ Dezvoltarea capacității de a lucra independent sau în echipă pentru rezolvarea de probleme în contexte profesionale definite, dobândirea capacității de a decide și acționa în situații de criză; 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază despre activitatea economică și management; ▪ să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; ▪ să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să evidențieze factorii a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; ▪ să clasifice premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială; ▪ să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; ▪ să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; ▪ să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană; 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
			12	4	2	6
			12	4	2	6
			12	4	2	6
			6	2	1	3
			6	2	1	3
			6	2	1	3
			6	2	1	3

	financiară				
9	Activitatea economică a organizațiilor sportive din Republica Moldova	6	2	1	3
10	Politici de finanțare în domeniul sportului	6	2	1	3
11	Eficiența economică a culturii fizice	6	2	1	3
12	Modele europene de guvernare ale sportului	6	2	1	3
Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategii centrate pe activitatea profesorului și pe acțiunea de predare: <ul style="list-style-type: none"> ✓ Strategii discursive și explicative ✓ Strategii discursive și conversative ✓ Strategii discursive și demonstrative ▪ Strategii centrate pe activitatea de învățare și interacțiune: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii bazate pe cercetare și explorare (cercetări investigative) • Strategii problematizante • Strategii bazate pe utilizarea modelelor • Strategii centrate pe construirea de proiect 				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin, <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea finală				40%
	Nota evaluarea curentă				20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%
	Nota lucrul individual				20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ambrosi, N., Budevici-Puiu, A., Carp, A., Cușneriov, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului. Curs universitar pentru alolingvi.</i> USEFS Chișinău: S.n., 2018. 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0. 2. Carp, A., Budevici-Puiu, A. <i>Economia culturii fizice: curs universitar.</i> USEFS Chișinău: S.n., 2016, 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5. 3. Cojuhari, A., Childescu, V. <i>Teorie economică.</i> Chișinău: UTM, 2012, 416 p. 4. Filip, N., Sorocean, O. <i>Teorie economică.</i> Curs universitar. V-II. Chișinău, 2011, 341 p. ISBN 978-9975-4209-1-4. 5. Gherasim, T. <i>Microeconomie (V. I-II).</i> București: Ed. Economica, 1993. 6. Gogoneață, C., Gogoneață, A. <i>Economia politică. Teorie micro și</i> 				

	<p>macroeconomică, politici economice. București, 1993.</p> <p>7. Grosu, M. Economie politică (fundamente de teorie economică). Chișinău: Evrica, 2001, 208 p. ISBN 9975-941-79-6.</p> <p>8. Hămuraru, M., Țăruș, V., Capsîzu, V. <i>Teorie economică. Macroeconomie. Concepte și aplicații</i>. Suport de curs. Chișinău: Editura Centrul Editorial Poligrafic USM, 2013, 290 p., ISBN 978-9975-71-005-3.</p> <p>9. <i>Metodele teoriei economice</i>. [Accesat 01.09.2021] Disponibil: https://www.studocu.com/row/document/academia-de-studii-economice-din-moldova/metodele-teoriei-economice/metodele-teoriei-economice/6316091</p> <p>10. Moldovanu, D. <i>Curs de Teorie Economică</i>. Chișinău 2006.</p> <p>11. Oprescu, G. <i>Microeconomie, macroeconomie</i>. București: Ed. ALL, 1993.</p> <p>12. Stancu, S., Andrei, T. <i>Microeconomie</i>. București, 1997.</p> <p>13. Tomșa, A. (coordonator) <i>Teorie economică</i>. V. II „Macroeconomie”, F.E.-P. „Tipografia Centrală”, Chișinău, 2013, 332 p.</p> <p>14. Zbârnciog, V. <i>Microeconomie (teoria și aplicații)</i>. Chișinău, 1996.</p>
--	--

Data completării: 05.01.2022

Cușniriov Alexei



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



FACULTATEA SPORT

Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Civilizația europeană					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa, dr. în filosofie, conf. univ. Nicolai Ciuc Natalia, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08 A.55	Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Fiecare popor sau țară dispune de o cultură și o civilizație cu multiple forme de existență. Istoria Europei s-a format în mod coerent de organizare socială, politică, administrativă, religioasă și și-a exprimat viziunea sa proprie asupra vieții și a omului, a lumii, formulând și un sistem propriu de valori, și-a creat o artă originală. Ca știință generală despre cultură și civilizație, Civilizația europeană are scopul de a releva premisele cultural-istorice ale civilizației contemporane pentru studenții de la Specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv.</p> <p>În procesul de studiere a disciplinei se presupune familiarizarea studenților cu valorile culturale europene, care au început să se cristalizeze în epoca modernă, cu cultura națională ca parte componentă a culturii universale pentru a le trezi interesul față de dialectica proceselor culturale și importanța lor socială, de a le ridica nivelul conștiinței civice și mândria față de cultura țării noastre.</p> <p>A cunoaște istoria este o autocunoaștere a propriei tale entități umane, în variatele modelări pe care viziunea omului dintr-o anumită epocă au imprimat-o</p>						

	<p>gândirii, simțirii, faptelor; lucru necesar mai ales astăzi când pulsunile simțirii se nasc și mor pe loc, iar intelectul tinde să devină lipsit de aripi, când sirenele răgușite ale tehnicii și ale consumului imediat, fără iradiere, închid orizontul spiritual până la anulare.</p> <p>Un rol important în societate contemporană îi revine și religiei. Acum, când adevărul este amar, până la de nesuportat, „avem arta pentru a nu muri din cauza adevărului”, cum afirma Nietzsche. Iar Mallarme credea că lumea se va mântui printr-o literatură mai aleasă, prin cunoașterea ideii divine. În lume, zbuciumată de conflicte religioase, cunoașterea doctrinelor și dogmaticii principalelor religii universale, constituie un factor important în făurirea unei societăți tolerante, capabile se reziste xenofobiei, naționalismului și șovinismului radical.</p> <p>Amplificarea orizontului de cultură a studenților, orientarea comportamentului cultural spre standarde mai înalte, formarea gustului și atitudinii estetice dezirabile, stimularea interesului pentru un evantai cât mai larg de valori culturale formează obiectivele cursului dat. Acest curs este necesar pentru a reda învățământului sportiv aspect umanistic, toleranța față de diferențele etnice, culturale și religioase</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul istoriei în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința istorică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etica profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale istoriei civilizației profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale istoriei; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 																																																																																																										
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th rowspan="2" style="width: 5%;">N/o</th> <th rowspan="2" style="width: 65%;">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4" style="text-align: center;">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th style="width: 10%;">Total</th> <th style="width: 10%;">Curs</th> <th style="width: 10%;">Seminar</th> <th style="width: 10%;">LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr><td>1</td><td>Revoluția burgheză în Anglia.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>2</td><td>Revoluția franceză.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>3</td><td>Franța în perioada imperiului.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>4</td><td>Pactul european. Congresul de la Viena.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>5</td><td>Revoluția democratică din 1848 în țările Europei.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>6</td><td>Revoluția de la 1848 în principatele române.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>7</td><td>Europa între anii 1848 – 1878.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>8</td><td>I-ul război mondial.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>9</td><td>Sistemul Versailles-Washington</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>10</td><td>Regimurile totalitare în sec. al XX-lea în Europa.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>11</td><td>Al II-lea război mondial.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>12</td><td>Conferințele de la Ialta și Potsdam. Proiectul lumii postbelice.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>13</td><td>Istoria politică a războiului rece.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>14</td><td>Destrămarea URSS.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr><td>15</td><td>Cultura europeană în epoca modernă și contemporană.</td><td>3</td><td>2</td><td>1</td><td>3</td></tr> <tr> <td colspan="2" style="text-align: center;">Total :</td> <td>90</td> <td>30</td> <td>15</td> <td>45</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Revoluția burgheză în Anglia.	3	2	1	3	2	Revoluția franceză.	3	2	1	3	3	Franța în perioada imperiului.	3	2	1	3	4	Pactul european. Congresul de la Viena.	3	2	1	3	5	Revoluția democratică din 1848 în țările Europei.	3	2	1	3	6	Revoluția de la 1848 în principatele române.	3	2	1	3	7	Europa între anii 1848 – 1878.	3	2	1	3	8	I-ul război mondial.	3	2	1	3	9	Sistemul Versailles-Washington	3	2	1	3	10	Regimurile totalitare în sec. al XX-lea în Europa.	3	2	1	3	11	Al II-lea război mondial.	3	2	1	3	12	Conferințele de la Ialta și Potsdam. Proiectul lumii postbelice.	3	2	1	3	13	Istoria politică a războiului rece.	3	2	1	3	14	Destrămarea URSS.	3	2	1	3	15	Cultura europeană în epoca modernă și contemporană.	3	2	1	3	Total :		90	30	15	45
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																																							
		Total	Curs	Seminar	LI																																																																																																						
1	Revoluția burgheză în Anglia.	3	2	1	3																																																																																																						
2	Revoluția franceză.	3	2	1	3																																																																																																						
3	Franța în perioada imperiului.	3	2	1	3																																																																																																						
4	Pactul european. Congresul de la Viena.	3	2	1	3																																																																																																						
5	Revoluția democratică din 1848 în țările Europei.	3	2	1	3																																																																																																						
6	Revoluția de la 1848 în principatele române.	3	2	1	3																																																																																																						
7	Europa între anii 1848 – 1878.	3	2	1	3																																																																																																						
8	I-ul război mondial.	3	2	1	3																																																																																																						
9	Sistemul Versailles-Washington	3	2	1	3																																																																																																						
10	Regimurile totalitare în sec. al XX-lea în Europa.	3	2	1	3																																																																																																						
11	Al II-lea război mondial.	3	2	1	3																																																																																																						
12	Conferințele de la Ialta și Potsdam. Proiectul lumii postbelice.	3	2	1	3																																																																																																						
13	Istoria politică a războiului rece.	3	2	1	3																																																																																																						
14	Destrămarea URSS.	3	2	1	3																																																																																																						
15	Cultura europeană în epoca modernă și contemporană.	3	2	1	3																																																																																																						
Total :		90	30	15	45																																																																																																						
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p style="text-align: center;"><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>																																																																																																										
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat,</p>																																																																																																										

	<p>potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. G .Socolov, <i>Istoria și filosofia culturii</i>, Chișinău, 1998. 2. G. Popa, <i>Istoria culturii și a civilizațiilor</i>, Iași, 1997. 3. F. Braunstein-Silvestre, <i>Ghid de cultură generală</i>, București. 4. <i>Literatura și arta Moldovei</i>, Enciclopedie, v. I Chișinău, 1985. 5. Dan Petre, <i>Mica enciclopedie de cultură și civilizație românească</i>, București - Chișinău, 2002. 6. Ovidiu Drîmba, <i>Istoria culturii și civilizației</i>, vol. 1-10, București, 2004. 7. M. Eliade, <i>Istoria credințelor și ideilor religioase</i>, București v. I-III, 1986. 8. A. Mitru, <i>Legendele Olimpului</i>, V.I-II, București, 2001. 9. D. Golițov, <i>Arta plastică a Moldovei</i>, Chișinău, 1987. 10. C..Dragomir, <i>Coiful magic. Mituri și legende ale popoarelor lumii</i>, Chișinău 1989. 11. <i>Istoria lumii în date</i>, București, 1972. 12. I. Hîncu, <i>Vestigii strămoșești</i>, Chișinău, 1990. 13. D. Antonescu, <i>Introducere în arhitectura dacilor</i>, București, 1970. 14. <i>Cultura Moldovei în timpul lui Ștefan cel Mare</i>, București, 1964. 15. M. Cimpoi, <i>Duminica valorilor</i>, Chișinău, 1989. 16. N. Dabija, <i>Pe urmele lui Orfeu</i>, Eseuri, Chișinău, 1989. 17. <i>Cincizeci de biografii ale măiestrilor artei plastice</i>, Chișinău, 1984. 18. I. Dolgoplov, <i>Maieștri și capodopere</i>, Chișinău, 1988. 19. E. Faure, <i>Istria artei, arta renașterii</i>, București, 1988. 20. O. Drimba, <i>Pagini despre cultura europeană</i>, copyright, 1994. 21. E. Barașcov, <i>Vechi civilizații</i>, Chișinău, 1991. 22. M. Florian, <i>Cosmologia elenă</i>, Paidea, 1993. 	

23. G. Andreescu, *Iliada, Odiseea, Eneida*, București, 1994.
24. A. Ferrari, *Dicționar de mitologie greacă și romană*, Polirom 2003.
25. O. Drimba, *Literatura universală*, clasa 11-a, 12-a.
26. C. Bîrzea, *Arta și știința*, Chișinău, 2000.
27. G. Călinescu, *Istoria literaturii române*, Chișinău, 1996.
28. I. Hîncu, *Străvechi monumente din Republica Moldova*, Chișinău, 1996.
29. Berstein Serge, Milza Pierre., *Istoria Europei*, Institutul European, Iași, 1998, vol. III (p. 329- 359), vol. IV (p. 186-190; 299-336).
30. Bratu Doru, *Revoluțiile lumii moderne*, Editura Fundației România de Măine, 2007, p. 57- 90.
31. Bratu Doru, *Constituirea și evoluția statelor naționale (secolul al XIX-lea-1918)*, Editura Fundației România de Măine, 2008.
32. Geiss Imanuel, *Istoria lumii. Din preistorie până în anul 2000*, Editura All, București, 2002.
33. Dușu Alesandru, *Evoluții diplomatice și teritoriale în Europa în secolele XIX-XX*, Editura Fundației România de Măine, 2008.
34. Onișoru Gheorghe, *Istoria contemporană universală 1917-1945*, București, Editura Fundației România de Măine, 2005.
- Onișoru Gheorghe, *Istoria contemporană universală după 1945*, București, Editura Fundației România de Măine, 2004.
- Zorin Zamfir, *Istoria contemporană a României*, București, Editura Oscar Print, 2003.
35. *100 великих картин*, Москва, 2002.
36. *Культура, человек и картина мира*, Москва, 1987.
37. *Культура и философия*, Москва, 1983. 32. *Искусство – живопись, скульптура, архитектура, графика*, Москва, 1987.
38. *100 великих сокровищ*, Москва, 2006.
39. *100 великих скульпторов*, Москва, 2002.
40. В. Павлов, *Искусство древнего Египта*, Москва, 1962.
41. С. Артаманов, *Литература древнего мира*, Москва, 1988.
42. Н. Дмитриева, *Античное искусство*, Москва, 1988.
43. Н. Машкин, *История древнего Рима*, Москва, 1965

Data completării: 01.09.2021

Nicolaiciuc Natalia

Samoteeva Raisa



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Destinul european al Republicii Moldova					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa, dr. în filosofie, conf. univ. Nicolai Ciuc Natalia, asistent universitar					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08 A.56	Anul	IV	Semestrul	8
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Orede contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (U–componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Fiecare popor sau țară dispune de o cultură și o civilizație cu multiple forme de existență. Istoria Europei s-a format în mod coerent de organizare socială, politică, administrativă, religioasă și și-a exprimat viziunea sa proprie asupra vieții și a omului, a lumii, formulând și un sistem propriu de valori, și-a creat o artă originală. Ca știință generală despre cultură și civilizație, Destinul european are scopul de a releva premisele cultural-istorice ale civilizației contemporane pentru studenții de la Specialitatea 1000.1 Antrenament Sportiv.</p> <p>În procesul de studiere a disciplinei se presupune familiarizarea studenților cu valorile culturale europene, care au început să se cristalizeze în epoca modernă, cu cultura națională ca parte componentă a culturii universale pentru a le trezi interesul față de dialectica proceselor culturale și importanța lor socială, de a le ridica nivelul conștiinței civice și mândria față de cultura țării noastre.</p> <p>A cunoaște istoria este o autocunoaștere a propriei tale entități umane, în variatele modelări pe care viziunea omului dintr-o anumită epocă au imprimat-o</p>						

	<p>gândirii, simțirii, faptelor; lucru necesar mai ales astăzi când pulsunile simțirii se nasc și mor pe loc, iar intelectul tinde să devină lipsit de aripi, când sirenele răgușite ale tehnicii și ale consumului imediat, fără iradiere, închid orizontul spiritual până la anulare.</p> <p>Un rol important în societate contemporană îi revine și religiei. Acum, când adevărul este amar, până la de nesuportat, „avem arta pentru a nu muri din cauza adevărului”, cum afirma Nietzsche. Iar Mallarme credea că lumea se va mântui printr-o literatură mai aleasă, prin cunoașterea ideii divine. În lume, zbuciumată de conflicte religioase, cunoașterea doctrinelor și dogmaticii principalelor religii universale, constituie un factor important în făurirea unei societăți tolerante, capabile se reziste xenofobiei, naționalismului și șovinismului radical.</p> <p>Amplificarea orizontului de cultură a studenților, orientarea comportamentului cultural spre standarde mai înalte, formarea gustului și atitudinii estetice dezirabile, stimularea interesului pentru un evantai cât mai larg de valori culturale formează obiectivele cursului dat. Acest curs este necesar pentru a reda învățământului sportiv aspect umanistic, toleranța față de diferențele etnice, culturale și religioase.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul istoriei în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale istoriei profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și istorice profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politicii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul european profesional; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de destin european – știința istorică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale istoriei profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale istoriei civilizației profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale istoriei; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul istoriei profesionale. ▪ să estimeze impactul istoriei profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Destinul istoric al Republicii Moldova.	6	2	1	3
	2	Aspecte generale privind integrarea Europeană a Republicii Moldova.	6	2	1	3
	3	Proclamarea independenței și recunoașterea internațională a Republicii Moldova.	6	2	1	3
	4	Republica Moldova: metode noi de asistență și cooperare internațională	6	2	1	3
	5	Relațiile Republicii Moldova – organizațiile internaționale. Integrarea europeană avantaje și obligații.	6	2	1	3
	6	Acordul de asociere cu UE – Republica Moldova.	6	2	1	3
	7	Asistența Uniunii Europene în Republica Moldova: oportunități sau dependență.	6	2	1	3
	8	Politica europeană de vecinătate și impactul ei asupra Republicii Moldova.	6	2	1	3
	9	Relațiile Republicii Moldova cu România.	6	2	1	3
	10	Relațiile Republicii Moldova cu Ucraina.	6	2	1	3
	11	Relațiile Republicii Moldova Federația Rusă.	6	2	1	3
	12	Republica Moldova și Consiliul Europei.	6	2	1	3
	13	Valorile fundamentale ale Uniunii Europene. Metoda de unificare a Europei.	6	2	1	3
	14	Combaterea rasismului.	6	2	1	3
15	Cultura europeană în epoca contemporană.	6	2	1	3	
Total :	90	30	15	45		
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p>					

	<p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notelor finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluare curentă</p> <p>Nota de la activitatea de prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cereș I. Republica Moldova în relațiile economice internaționale (1991 – 1995). Chișinău: CIVITAS, 1998, p. 52-53. 2. Cernescu M., Galben A., Rusnac Gh., Solomon C. Republica Moldova: Istoria politică (1989-2000). Documente și materiale. vol. I. Chișinău: USM, 2000, p. 41-43. 3. Cernescu M., Galben A., Rusnac Gh., Solomon C. Republica Moldova: Istoria politică (1989-2000). Documente și materiale. vol. II. Chișinău: USM, 2000, p. 406-407. 4. Chirtoacă N. Moldova – CSI: Posibilități ratate și așteptări nejustificate. În: Moldova între Est și Vest. Identitatea națională și orientarea europeană. Chișinău: CAPTES, 2001, p. 41. 5. Concepția politicii externe a Republicii Moldova, adoptată de Parlament la 8 februarie 1995. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1995, nr.20. 6. Dani T. Republica Moldova în spațiul tranziției și costul social al Reformelor. Chișinău: Pontos, 2004, p. 134–135. 7. Doronin V. Mirajele și realitatea politicii externe a Moldovei independente. În: De facto, 2002, 19 martie. 8. Moldova și Integrarea Europeană. Chișinău: Institutul de Politici Publice. Prut internațional, 2001, p.83. 9. Parlamentul Republicii Moldova a ratificat documentele de aderare la CSI. În: Sfatul Țării, 1994, 12 aprilie. 10. Prohnițchi V. Reformele economice. În: Tranziția. Retrospective și perspective. Chișinău: Gunivas, 2002, p. 24-27. 11. România și Organizația Cooperării Economice a Mării Negre (OCEMN). 	

	<ol style="list-style-type: none">12. Șveț A. Cooperarea regională a Republicii Moldova în cadrul Organizației pentru Cooperare Economică a Mării Negre. http://studiamsu.eu/wp-content/uploads/40-p265-268.pdf13. Tratatate internaționale la care Republica Moldova este parte (1990-1998). Vol.16. Chișinău: MOLDPRES, 1999, p. 3-4.14. Tratatate internaționale la care Republica Moldova este parte (1990 – 1998). Vol.29. Chișinău: MOLDPRES, 1999, p. 65.15. Țvircun V. Cooperarea economică la Marea Neagră nu este „formă fără fond” https://www.europalibera.org/a/24933210.
--	--

Data completării: 01.09.2021

Nicolaiciuc Natalia

Samoteeva Raisa



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55

E-mail: decanat.sport@gmail.com

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Elemente de cultură universală și națională					
Titularul cursului		Calugher Viorica, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08 A.57	Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul disciplinei Elemente de cultură universală și națională se adresează studenților specialității 1000.1 Antrenament sportiv, lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Prezentul curriculum examinează două aspecte principale:</p> <ul style="list-style-type: none">• unul care reglează acțiunea educativă, cuprinzând finalitățile, scopurile, obiectivele de studiu.• celălalt, care permite realizarea acestora, respectiv căile, mijloacele, și activitățile. <p><i>Curriculum este axat pe următoarele obiective:</i></p> <ul style="list-style-type: none">• obiectivele generale ale învățământului istoric, care reglementează activitatea studenților pe tot parcursul studierii teoriei și istoriei culturii;• obiectivele cadru ale învățământului istoric universitar;• obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc progresul în achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii;						

	<p>În vederea realizării obiectivelor de referință sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în 90 ore pe parcursul unui semestru.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare;
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; • Să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; • Să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; • Să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; • Să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; • Să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății (adaptare, schimbare, condiționare, etc.) • Să determine locul și importanța diferitelor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; • Să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. • Să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană;

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul și problematica disciplinei	6	2	1	3
	2	Valoarea – concept fundamental al filosofiei culturii.	6	2	1	3
	3	Naționalul și Universalul în cultură	6	2	1	3
	4	Cultura și civilizația Indiei antice.	6	2	1	3
	5	Cultura și civilizația Egiptului Antic.	6	2	1	3
	6	Cultura și civilizația Greciei antice.	6	2	1	3
	7	Cultura și civilizația Romei antice.	6	2	1	3
	8	Cultura și civilizația Evului Mediu.	6	2	1	3
	9	Cultura epocii Renașterii	6	2	1	3
	10	Cultura epocii Moderne	6	2	1	3
	11	Cultura epocii Contemporane	6	2	1	3
	12	Civilizația geto-dacilor.	6	2	1	3
	13	Cultura românească medievală	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
	15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3
	Total :			90	30	15
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;elaborarea de proiecte. 					
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei Elemente de cultură universală și națională se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele 					

	<p>obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedback-ul obținut;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofolii</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Boia L. <i>Istorie și mit în conștiința românească</i>. București, editura Humanitas, 1997. 2. Botez-Crainic, A. <i>Istoria artelor plastice</i>. Vol. I-II. București, 1995; 3. Blaga L., <i>Opere</i>. Vol. 9: <i>Trilogia valorilor</i>. București, Editura Minerva, 1985. 4. Blaga L., <i>Opere</i>. Vol. 10: <i>Trilogia valorilor</i>. București, Editura Minerva, 1987. 5. Braunstein K, Repin J. K, <i>Cultura pentru toți</i>, București, 1997. 6. Bâțlan, I. <i>Istoria culturii și civilizației universal</i>. – București, 1995; 7. Calugher Viorica, <i>Elemente de cultură universală și națională</i>. Chișinău, 2017. 8. Chamoux, F. <i>Civilizația greacă</i>. Vol. I. –București. – Meridiane. -1985; 9. Cristea M., <i>Sistemul educațional și personalitatea</i>. București, Editura Didactică și Pedagogică, 1994. 10. <i>Cultură și societate – studii privitoare la trecutul românesc</i>, volum îngrijit de Al. Zub, București, Editura Științifică, 1991. 11. Harari Noah. <i>21 de lectii pentru secolul XXI</i>, Polirom, 2018. 12. Hâncu I. <i>Străvechi monumente din Republica Moldova</i>. Chișinău, 1996. 13. Deagaciov L., Roșca S. <i>Apariția și dezvoltarea gândirii filozofice în Moldova</i>, Chișinău, 1992. 14. Drimbă O., <i>Incursiuni în istoria civilizațiilor</i>, București, 1985 15. Delacroix H., <i>Psihologia artei</i>, București, 1983. 16. Drimba O., <i>Istoria culturii și civilizației</i>, Vol. 1-4, București, 1986, 1987, 1990, 1995. 17. Drimba O., <i>Istoria culturii și civilizației</i>, Vol. 1-10, București, 1998. 18. Drimba O., <i>Incursiuni în civilizația omenirii</i>, Vol. 1-2, București, 1993-1996. 19. Drîmbă, O. <i>Istoria culturii și civilizației</i>. – București. - 1997. – vol. I – X; 20. <i>Enciclopedia istoriografiei românești</i>, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1978. 21. <i>Istoria civilizației și culturii universale și naționale</i>. Sub red. Gr. Socolov. – Chișinău, 1998; 22. Куманецкий, К. <i>История культуры Древней Греции и Рима</i>. – Москва: Высшая школа. 1990. 23. Nicola I., <i>Tratat de pedagogie școlară</i>, București, 1996 24. Lovinescu E. <i>Istoria civilizației române moderne</i>. București, editura Minerva, 1997. 25. Pâslaru V., <i>Principiul etno - cultural în învățămîntul din Republica Moldova</i>. Revista de pedagogie (București, Romania), 1993. Nr. 8-12. 	

- | | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">26. <u>Peter A. Clayton</u>, <u>P.G. Maxwell-Stuart</u>, <u>Joyce Tyldesley</u>, <u>Chris Scarre</u>, Cronica Faraonilor. Cronica Papilor. Cronica Împăraților Romani. Cronica Reginelor Egiptului. Rao Books. 2015.27. Popa, G. Istoria culturii și a civilizațiilor. - Iași: Cugetarea, 1997;28. Tănase Al., Introducere în filosofia culturii. București, Editura Științifică, 1968.29. Radu G. Ideea de progres cultural în lumea contemporană. Iași, 1981.30. Radu F. Metamorfoza culturii în secolul al XX-lea. București, 1988.31. Solcanu I. Globalizare și cultură națională – o dilemă reală. Convorbiri literare, 2006.32. Ungureanu I. Idealuri sociale și realități naționale, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1988. |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Calugher Viorica



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV					
Denumirea cursului		Interculturalitate					
Titularul cursului		Calugher Viorica, dr. în științe pedagogice, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08 A.58	Anul	IV	Semestrul I	8
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestrul		90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestrul) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.sppsus@mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Interculturalitate,, își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel, se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația culturală are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, cultura națională și universală are menirea de a forma un cetățean cu vederi democratice, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Curriculum-ul la disciplină se adresează cadrelor didactice universitare, studenților de la specialitatea 1000.1 Antrenament sportiv, având menirea unei treceri</p>						

	<p>treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Disciplină socio-umanistică, „<i>Interculturalitate</i>„, are sarcina să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane. Educația interculturală reprezintă unul dintre cele mai importante și actuale aspecte care contribuie la cunoașterea trecutului și patrimoniului cultural și la formarea cetățeanului democratic.</p> <p>Misiunea „<i>Interculturalitate</i>„, ca disciplină de studiu este orientată prioritar spre înțelegerea trecutului, prezentului și a diversității tradițiilor culturale și istorice ale popoarelor lumii pentru a înlătura prejudecățile și a încuraja toleranța între oameni. Așadar, predarea disciplinei trebuie să aibă la bază ideea de reconciliere și influențele reciproce pozitive între popoare.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației interculturale; • să caracterizeze elementele culturii naționale; • să gestioneze conflictele interculturale din cotidian; • să contureze profilul personalității interculturale; • să argumenteze importanța formării din perspectivă interculturală. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
1	Obiectul și problematica filosofiei culturii	12	4	2	6	
2	Valoarea – concept fundamental al filosofiei culturii	6	2	1	3	
3	Conceptul de educație interculturală	6	2	1	3	
4	Diversitatea culturală și identitatea în contextul globalizării	6	2	1	3	
5	Spre intercultural prin cultural	6	2	1	3	
6	Competență interculturală	6	2	1	3	
7	Design-ul educației interculturale	6	2	1	3	
8	Societatea interculturală	12	4	2	6	

	9	Școala interculturală	6	2	1	3
	10	Democrație și interculturalitate	6	2	1	3
	11	culturi în contact	6	2	1	3
	12	Stereotipuri și prejudecăți în comunicarea interculturală	12	4	2	6
	Total :		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;elaborarea de proiecte. 					
Strategii de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Educație interculturală</i> se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>					

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Arhip A. Noile educații. Chișinău: FEP „Tipografia centrală”, 1996.</p> <p>2. Bezede R. Competența interculturală: instrumente de evaluare. Ghid metodologic pentru cadre didactice preuniversitare. Chișinău: C.E. PRO DIDACTICA, 2016.</p> <p>3. Bontaș I. Tratat de pedagogie. Ediția a VI-a. București: BIC ALL, 2007.</p> <p>4. Burdujan R. Competența interculturală ca finalitate a educației interculturale. In: <i>Univers Pedagogic</i>, nr. 3, 2007. Chișinău: IȘE, 2007. pp. 7-11.</p> <p>5. Cace C., Stăiculescu C. Educația interculturală – dimensiune a educației contemporane. In: <i>Studia Universitas</i>, nr. 9, 2007. Chișinău: USM, 2007. pp. 122-129.</p> <p>6. Cozma T. O nouă provocare pentru educație: interculturalitatea. Iași: Polirom, 2001. 216 p.</p> <p>7. Cristea S. Educația interculturală. In: <i>Didactica Pro...</i> Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (20-21), 2003. Chișinău, pp. 98-99.</p> <p>8. Cucuș C. Educația. Dimensiuni culturale și interculturale. Iași: Polirom, 2000. 288 p.</p> <p>9. Cucuș C. Pedagogie. Ed. a II-a rev. și adăug. Iași: Polirom, 2006. 464 p.</p> <p>10. Dasen P., Perregaux C., Rey M. Educația interculturală: experiențe, politici, strategii. Iași: Polirom, 1999. 208 p.</p> <p>11. Educație interculturală în Republica Moldova. Chișinău: ARC, 2004. 220 p.</p> <p>12. Joița E. Pedagogia. Știința integrativă a educației. Iași: Polirom, 1999.</p> <p>13. Nedelcu A. Fundamentele educației interculturale. Diversitate, minorități, echitate. Iași: Polirom, 2008.</p> <p>14. Plenghei A. Educația pentru toți. In: <i>Didactica Pro...</i> Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (62-63), 2010. Chișinău, pp. 91-82.</p> <p>15. Pogolșa L. et. al. Educație interculturală. Curriculum școlar, clasele I-IX. Chișinău. 2012. Pe: https://mecc.gov.md/sites/default/files/educatia_interculturala_clasele_i-ix.pdf</p> <p>16. Redu M. Educația interculturală în noul context european. In: <i>Revista de pedagogie</i> nr. LIX (1), 2011. Chișinău: IȘE, pp. 25-32.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Calugher Viorica



**Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport**

MD – 2024
Republica Moldova, or. Chișinău
str. A. Doga, nr. 22
www.usefs.md
tel.: 0/22 49-40-81



Facultatea Sport

tel.: 0/22 49-76-55
E-mail: decanat.sport@gmail.com

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1000.1 ANTRENAMENT SPORTIV</i>					
Denumirea cursului		Practica de licență					
Titularul cursului		<p>Sîrghi S., dr. în științe pedagogice, conf. univ. Mocrousov E., dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Povestca Lazari, dr. în pedagogie, prof. univ. Iliin Grigore, dr. în pedagogie, prof. univ. Diacenco Eugenia, dr. în pedagogie, conf. univ. Craijdan Olga, dr. în pedagogie, conf. univ. Buftea Victor, dr. habilitat în științe ale educației, prof. univ. Polevaia-Secăreanu Angela, dr. în pedagogie, prof. univ. Postolache Alexei, asistent universitar, Antrenor Emerit al RM</p>					
Ciclul <i>(L- Licență)</i>	L	Codul cursului		Anul	IV	Semestrul	8
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa		Forma de evaluare		Ex.
Ore de contact direct		90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei							
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor Gimnastica Natație și Turism Atletism Probe sportive individuale			Numărul total de ore <i>(pe semestru) din planul de învățământ</i> <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>			
e-mail	catedratmj@gmail.com		Total	C	L/P	S	LI
			180	-	90	-	90

	<p>atletism.sefs@mail.com</p> <p>gimnasticausefs@mail.ru</p> <p>catedra_PSI_usefs.md@mail.ru</p> <p>catedra-natatie@mail.ru</p>				
<p>Nota de prezentare</p>	<p>Stagiile de practica constituie o parte integrantă obligatorie a procesului educațional și se realizează în scopul aprofundării cunoștințelor teoretice acumulate de către studenți pe parcursul anilor de studii și formării competențelor stabilite prin Cadrul Național al Calificărilor. Fiind un element principal al procesului educațional și al activității profesionale, stagiul de practice asigură formarea competențelor profesionale și acumularea experienței privitor la organizarea și realizarea activităților în domeniul profesional.</p> <p>Stagiile de practică reprezintă un element esențial și în cadrul socializării profesionale a studenților. Succesul absolvenților pe piața muncii va depinde, în mare măsură, de gradul în care aceștia vor cunoaște specificul activității profesionale. Ca rezultat a efectuării stagiilor de practică, studentul - viitorul specialist, poate determina perspectivele realizării profesionale în sistemul ales de specializare, iar rezultatele practicii justifică atribuirea calificării profesionale absolventului.</p> <p>Astfel, studiul bazelor practicii de antrenorat devine prioritar pentru studenți, ca viitori specialiști și, deopotrivă, pentru practicienii și elaboratorii de strategii, de tactici de organizare și conducere. Stagiile de practică în cadrul formării inițiate în învățământul superior se realizează în întreprinderi, organizații, federații, cluburi și școli sportive.</p> <p>Practica de licență este prevăzută în planul de studii și are următoarele obiective fundamentale: <i>consolidarea și aprofundarea cunoștințelor teoretice; obținerea deprinderilor practice în specialitatea de educație fizică și sport; culegerea materialelor practice necesare în elaborarea tezei de licență.</i></p> <p>În conformitate cu decizia Senatului USEFS din 30.03.2017 privind calitatea elaborării tezelor de licență de către studenți, ciclul I și II, precum și în scopul monitorizării punerii în aplicare de către catedre și facultăți a cerințelor și recomandărilor ce facilitează sporirea competențelor profesionale ale viitorilor specialiști de cultură fizică, catedrele efectuează o analiză asupra situației respective în vederea stabilirii nivelului, la care s-a realizat procesul sus menționat.</p> <p>Studenții sunt informați la catedre cu <i>Regulamentul privind elaborarea tezelor de licență/master</i>, acesta fiind plasat pe site-ul universității.</p> <p>Teza de licență este una dintre componentele principale ale examenului de licență și reprezintă o lucrare de sinteză executată în baza competențelor profesionale acumulate de student în perioada studiilor, a cunoștințelor teoretice, precum și a abilităților practice obținute la disciplinele fundamentale și la cele de specialitate, a activității de cercetare științifică efectuată în cadrul cercurilor științifice etc.</p> <p>Suținerea publică a tezei de licență se finalizează studiile la Ciclul I, Licență.</p> <p>Calitatea înaltă a rezultatelor activității didactice, care este determinată de nivelul cunoștințelor și al deprinderilor absolvenților USEFS, este posibilă doar prin asigurarea unui nivel înalt de organizare a procesului instructiv pe parcursul întregii perioade de studii. În corespundere cu cerințele Codului educației nr.152 din 17 iulie 2014, studenții USEFS, după finalizarea studiilor la Ciclul I (Licență), trebuie să elaboreze o lucrare de calificare la sfârșitul studiilor sub formă de teză de licență. Totodată, tezele de licență trebuie să cuprindă o componentă științifică, fără plagiat și compilare a materialului informativ. Teza de licență este considerată un rezultat final și integral al pregătirii profesionale a studenților anului terminal la specialitatea respectivă. Ea trebuie să reprezinte o cercetare realizată de sine stătător și, finalizată, să conțină elemente de</p>				

	<p>noutate științifică și, în măsura posibilităților, să poarte un caracter experimental, de asemenea să aibă importanță teoretică și practică. Teza de licență este unul dintre principalele criterii de apreciere a corespunderii nivelului de pregătire teoretică și practică a studentului, cerințelor curriculum-ului universitar în specialitatea aleasă. Monitorizarea și evaluarea organizării susținerii tezelor de licență în cadrul USEFS se realizează de către rector, prorectori și decanii facultăților sub egida Consiliului de calitate al universității.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>Conținutul competenței educaționale este concretizat la nivelul disciplinelor, clasificate pe domenii de cunoaștere publică. Componentele de conținut oferă atât o bază de formare a sistemelor pentru nivelurile de învățare (comunicare verticală), cât și integrarea interdisciplinară (legături orizontale). Competențele profesionale de bază presupun cunoașterea, în acest caz, a tehnologiilor pedagogice legate de cele trei competențe principale ale unui specialist:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cultura comunicării în interacțiunea cu oamenii; - capacitatea de a însuși informații în domeniul profesional, transformându-le în conținutul instruirii și folosindu-le pentru autoinstruire; - abilitatea de a transmite informațiile altora. <p>Pe lângă cele enumerate mai sus, printre competențele profesionale de bază ale profesorului pot fi atribuite și altele, denumirea cărora diferă în funcție de clasificările bazate pe diferite puncte de vedere ale autorilor care le-au elaborat. Datorită mării lor varietăți, dar și a interpretărilor diferite, considerăm oportun să ne limităm la acelea, care se referă direct la activitățile profesionale ale antrenorului profesor.</p> <p>La sfârșitul practicii de antrenorat, studentul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să conștientizeze importanța socială a viitoarei profesii, să fie motivat pentru a desfășura activități profesionale; - să aplice în practică cunoștințele de bază însușite în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv la proba sportivă aleasă); - să educe subiecților procesului educațional calități sociale și personale: responsabilitate, sârguință, angajare, comunicare, toleranță etc.; - să formeze subiecților procesului educațional motivații pentru practicarea probei de sport alese; - să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului (antrenamentului sportiv), cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților, pentru formarea unui stil de viață sănătos, necesității de ocupații permanente, precum și o poziție de viață activă etc.; - să selecteze și să utilizeze literatura metodică și alte surse de informații necesare pregătirii pentru realizarea activităților profesionale ale antrenorului; - să utilizeze documentele normative de program, care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a unui antrenor-profesor; - să elaboreze documentele de planificare, contabilitate și de raportare a muncii în organizațiile educaționale cu profil sportiv; - să elaboreze proiecte didactice în conformitate cu planul anual, etapa de formare pe termen lung, specializare, nivel de pregătire, vârstă și sex; - să evalueze critic și să-și corecteze activitatea profesională; - să efectueze autoanaliza și autocontrolul în timpul desfășurării lecțiilor de instruire și antrenament; - să organizeze și să desfășoare cercetări științifice în procesul activității profesionale; - să acorde primul ajutor, la necesitate, în procesul de instruire și antrenament; - să aplice asigurarea și autoasigurarea în timpul executării sarcinilor motrice, să respecte tehnica securității la lecții; - să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate sarcinilor înaintate față de lecțiile de instruire și antrenament; - să aplice creativ cunoștințele pedagogice pentru a rezolva sarcinile didactice, ținând seama de caracteristicile individuale ale subiecților actului educativ, dar și de

nivelul de pregătire sportivă a acestora;

- să efectueze corectarea sarcinilor, restructurarea metodelor de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, de specificul instruirii și educației;

- să stabilească relații reciproce rapide cu sportivii, experții și administrația organizației educaționale și sportive, în care se desfășoară stagiul de practică;

- să stăpânească terminologia profesională, mijloace de comunicare.

Competențele profesionale specifice includ caracteristicile specifice ale activității profesionale și pot fi considerate ca realizarea competențelor - cheie și de bază într-un domeniu de activitate exclusiv specific.

La sfârșitul practicii de licență, studentul - stagiar trebuie să fie capabil:

- să realizeze selecția copiilor atât în grupele de pregătire prealabilă, în concordanță cu nivelul pregătirii psihomotrice, caracteristicile psihice, indicii antropometrici și medicali, cât și în grupele de instruire și antrenament (anii 1-2 ani de instruire);

- să întocmească și să prezinte documente din cadrul instituției unde a desfășurat experimentul pedagogic;

- să organizeze și să desfășoare competiții la proba de sport aleasă;

- să efectueze analiza pedagogică a ședinței de instruire și antrenament, cronometrarea și pulsometria, să calculeze densitatea generală și motrice a lecției;

- să evalueze starea organismului subiecților în baza indicilor pedagogici, medico-biologici etc., precum și influența asupra acestora a efortului fizic, iar în dependență de rezultate – să corecteze procesul de antrenament;

- să utilizeze o gamă largă de metode de antrenament, ținând cont de vârsta, caracteristicile psihologice, morfofuncționale și individuale ale subiecților, nivelul lor de pregătire motrice și sportivă, precum și de starea de sănătate;

- să aplice diverse tehnologii pentru instruirea activităților motrice și dezvoltarea calităților fizice;

- să analizeze tehnica acțiunilor motrice, să identifice cauzele greșelilor tipice, să determine cele mai eficiente opțiuni pentru eliminarea lor în timp util;

- să evalueze procesul de pregătire a atleților în funcție de criteriile de eficacitate a lor (în baza normelor de pregătire psihomotrice, a rezultatului din proba de sport aleasă etc.);

- să diagnosticheze starea nivelului de pregătire a sportivilor tineri (calități motrice, capacități funcționale, formarea de priceperi și deprinderi motrice etc.);

- să prognozeze rezultatele activităților de antrenament și competiționale, apariția dificultăților și identificarea modalităților de depășire a acestora;

- să realizeze planificarea de perspectivă, actuală și operativă a procesului de antrenament, competițional și educativ, activității științifico-metodice și altor activități ale antrenorului profesor;

- să programeze conținutul și formele de organizare a pregătirii sportivilor în cicluri de instruire cu durată diferită;

- să exercite controlul și dozarea eforturilor de antrenament, ținând cont de caracteristicile de vârstă și de sex ale subiecților actului educațional, în condiții concrete ale lecției de instruire și antrenament.

În procesul formării complexului de competențe specifice, au fost luate în considerare doleanțele clientului acestor servicii, adică ale șefilor organizațiilor specializate (școlile și cluburile sportive, federațiile sportive etc.), în care, de regulă, absolvenții își încep activitățile profesionale.

Competențe transversale:

- formarea la studenții ciclului I a interesului și a atitudinii pozitive față de activitatea profesională;

- formarea și perfecționarea la masteranzi a calităților sociale importante, a calităților psihice de personalitate, a motivației antrenorului pentru realizarea eficientă a obligațiilor de funcție;

- formarea la studenții ciclului I a competențelor profesionale, realizate în procesul

	<p>organizării și desfășurării arbitrajului concursurilor sportive, procesului educativ și de antrenament, activității de cercetare științifică și altele, cu scopul obținerii experienței practice necesare.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - teza de licență constituie o componentă importantă a evaluării absolvenților de la Ciclul I (Licență) și are drept scop evaluarea competențelor în: realizarea cercetării științifice; integrarea cunoștințelor teoretice în procesul de investigație științifică; elaborare a unor soluții practice specifice domeniului de formare profesională; interpretarea studiilor de caz. Teza de licență se elaborează începând cu penultimul an de studii, sub îndrumarea conducătorului/ consultantului științific, în corespundere cu domeniul de formare profesională, direcțiile de cercetare teoretică și experimentală ale catedrelor de specialitate, care sunt în conformitate cu direcțiile generale de cercetare ale USEFS. Candidații selectează tema tezei de licență din lista propusă de catedra de profil, la finele anului de studii precedent. Se admit la susținerea tezei de licență studenții care au realizat integral planul de învățământ și au acumulat numărul de credite stabilit pentru programul respectiv de formare profesională. Teza de licență se elaborează de către student, de regulă, în limba română sau în limba în care studentul și-a făcut studiile. - să determine sarcinile educative, care, tradițional, sunt soluționate în procesul de instruire, antrenament și competițional, căile, mijloacele și metodele de soluționare a acestora; - să asigure caracter educativ procesului de desfășurare a competiției sportive, corelarea desfășurării activităților sportive de masă și a altor activități cu soluționarea sarcinilor educației morale și estetice; - să participe activ la desfășurarea activităților conform planului activităților educative în calitate de asistent; - să formeze deprinderi de soluționare a sarcinilor educative în procesul de instruire, de antrenament și competițional, în concordanță cu particularitățile psihologice de vârstă ale subiecților acestui proces. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze un model de calendar competițional național la proba de sport aleasă, la nivel de școală sportivă, club sportiv și federație sportivă de profil; - să elaboreze o anchetă pentru arbitri sportivi, la proba de specializare, și să o aplice; - să asiste la cel puțin o competiție sportivă de nivel municipal sau național, în calitate de asistent, în scopul studierii particularităților desfășurării acesteia, în concordanță cu vârsta, sexul și nivelul de calificare a sportivilor participanți; - să efectueze analiza detaliată a modului de desfășurare a competiției sportive, la care a asistan în calitate de stagiar; - să arbitreze cel puțin două competiții sportive, dintre care cel puțin una de nivel național, în calitate de arbitru sportiv, cu realizarea unui raport despre desfășurarea competiției și cu prezentarea obiecțiilor și a modului de soluționare a lor; - să desfășoare măsurători ai activității competiționale a sportivilor cu diferit nivel de pregătire; - să analizeze din punct de vedere logistic – managerială nivelul de organizare și desfășurare a unei competiții sportive; - să organizeze și să realizeze cercetări pe tema tezei de licență, ce se referă la organizarea și desfășurarea competiției sportive la proba aleasă cu aprobarea rezultatelor în practică. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Teza de licență reprezintă o sinteză cu elemente de cercetare științifico-practică, elaborată de sine stătător de către student sub îndrumarea conducătorului/consultantului științific. Procesul de realizare a tezei de licență cuprinde trei etape: <ul style="list-style-type: none"> - PLANIFICAREA - ELABORAREA - SUSȚINEREA PUBLICĂ (prealabilă și finală). Realizarea tezei de licență se va supune unui algoritm de acțiuni: - PLANIFICAREA - Stabilirea unui Plan calendaristic de realizare a tezei de licență. Conducătorul științific stabilește, de comun acord cu studentul, un program de

activitate care vizează etapele de elaborare, prezentare spre discuție și verificare a materiei cercetate. În Planul calendaristic de realizare a tezei de licență, conducătorul științific confirmă prin semnătură îndeplinirea de către student a sarcinilor prevăzute pentru anumite etape de elaborare a lucrării. Planul calendaristic de realizare a tezei de licență completat, însoțit de avizul conducătorului științific al studentului, se va anexa la varianta finală a tezei (pentru a fi prezentat Comisiei de licență de susținere finală a tezelor de licență). - Structura cercetării se elaborează cu acordul conducătorului științific, ulterior, odată cu documentarea detaliată la tema abordată, se va întocmi un plan provizoriu al tezei de licență, se vor stabili obiectivele de lucru.

- ELABORAREA - Documentarea științifică. Studentul consultă sursele de documentare disponibile (cărți, documente, periodice, internet, prospecte sau alte publicații, ultimele realizări și evoluții privind tema studiată), abordează, împreună cu conducătorul științific, informațiile din domeniul de cercetare și le structurează logic. Suplimentar, el/ea selectează informații elocvente pentru alcătuirea ulterioară a bibliografiei;

- - Elaborarea aparatului categorial de noțiuni, structurarea și redactarea textului științific al capitolului I, conform cerințelor Ghidului de perfectarea tezelor de licență USEFS;

- - Culegerea materialelor practice și experimentale. Elaborarea și realizarea experimentului de constatare. Perioada elaborării tezei de licență include un stagiul practic care prevede: - realizarea experimentului de constatare; - prelucrarea cantitativă și calitativă a datelor experimentale; - implementarea aspectelor aplicative ale lucrării.

- - Elaborarea și prezentarea capitolului II. Analiza, sinteza și prelucrarea datelor experimentale, obținute în cadrul stagiului de practică de licență (de specialitate);

- - Prezentarea conducătorului științific a primei variante integrale a tezei de licență pentru susținerea prealabilă a ei. SUSTINEREA PUBLICĂ Susținerea prealabilă a tezei de licență are loc la catedră în prezența conducătorului științific și a altor cadre didactice de specialitate, cu cel puțin o lună înainte de data indicată pentru susținerea finală. Studenții care nu au reușit să prezinte teza de licență spre examinare la susținerea prealabilă, nu se admit la următoarea etapă de susținerea a tezei de licență. - Redactarea finală a tezei de licență înainte de copertare. Conducătorul științific oferă studentului consultații în vederea completării și/sau modificării unor aspecte ale lucrării. - Imprimarea și copertarea a două exemplare ale tezei de licență.

- - Prezentarea/depunerea, în termenul stabilit, a 2 exemplare ale tezei de licență la catedra de specialitate, precum și a versiunii în format electronic a acesteia conducătorului științific pentru avizare, cu cel puțin 10 zile înainte de examenul de susținere a tezelor de licență și la catedra de profil (pentru evaluare și admitere la susținerea finală).

- - Pregătirea discursului și a prezentării (power point) pentru susținerea tezei în fața Comisiei de licență.

- - Susținerea finală a tezei în fața Comisiei de licență.

Nr	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
		Total	LP	LI
1	Organizational si informational	20	10	10
2	Instructiv-metodic	60	30	30
3	Susținerea prealabilă la conducătorul științific la teza de licență	10	5	5
4	Desfășurarea experimentului pedagogic	54	36	18
5	Analiză cercetării	10	5	5
6	Susținerea prealabilă în cadrul catedrei de profil	6	2	4
7	Redactarea finală a tezei de licență	20	2	18
Total :		180	90	90

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt orele de laborator și practice, precum și orele teoretice și de seminar. Cursurile teoretice sunt organizate sub formă de prelegere clasică, dezbateri. Pot fi cursuri mixte - prelegere – dezbateri, ore de laborator, curs practic – aplicativ în teren, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice/laborator, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra/inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, masă rotundă, metoda piramidei etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>															
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru activitatea preconizată, potențialul de învățare la începutul unei noi activități (susținerea tezei de licență). Se apreciază prin <i>prezentarea tezei de licență (power point), după care urmează întrebările pe baza cunoștințelor, abilităților și competențelor profesionale formate pe parcursul anilor de studii, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</i></p> <p>2. Evaluarea finală</p> <p>Evaluarea finală a activității studentului – stagiar se efectuează de conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei de profil în comun cu reprezentanții bazei de desfășurare a practicii (conducerea și antrenorii – profesori ai acesteia). În procesul evaluării se vor lua în considerare, în mod obligator, toate compartimentele activității studentului – stagiar și rezultatele cercetării efectuate. Evaluarea rezultatelor activității studentului – stagiar se va face în note, de la 1 la 10. Notele diferite obținute de la aceștia se vor însuma, iar apoi se va calcula media, care se va înmulți la coeficientul 0,6. Această notă va fi reflectată în caracteristica eliberată studentului – stagiar de la locul desfășurării experimentului pedagogic. Nota finală a activității studentului–stagiar se va determina la conferința desfășurată de catedra de profil, unde își vor da darea de seamă atât studentul, cât și conducătorul științific la teza de licență din cadrul catedrei.</p> <p>În baza acestor două dări de seamă se va decide nota finală a studentului – stagiar pe perioada desfășurării practicii, care, de această dată, se va înmulți la coeficientul 0,4. Ulterior, cele două note obținute, în rezultatul înmulțirii la cei doi coeficienți, se vor însuma, astfel deducându-se nota finală, care va fi aprobată la conferința de totalizare a practicii de către comisia formată din colaboratorii catedrei de profil și ai decanatului. Această notă se va înscrie în foaia de examen și în carnetul de note al studentului - masterand. Rezultatele generale ale practicii sunt analizate și aprobate la conferința de totalizare desfășurată de Facultatea Sport.</p>															
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="537 1556 597 1591"></td> <td data-bbox="597 1556 1425 1591">Nota finală</td> <td data-bbox="1425 1556 1583 1591">100%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 1591 597 1627"></td> <td data-bbox="597 1591 1425 1627">Nota pentru evaluarea finală</td> <td data-bbox="1425 1591 1583 1627">40%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 1627 597 1663"></td> <td data-bbox="597 1627 1425 1663">Nota evaluarea curentă</td> <td data-bbox="1425 1627 1583 1663">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 1663 597 1698"></td> <td data-bbox="597 1663 1425 1698">Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td data-bbox="1425 1663 1583 1698">20%</td> </tr> <tr> <td data-bbox="537 1698 597 1749"></td> <td data-bbox="597 1698 1425 1749">Nota lucrul individual</td> <td data-bbox="1425 1698 1583 1749">20%</td> </tr> </table>		Nota finală	100%		Nota pentru evaluarea finală	40%		Nota evaluarea curentă	20%		Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%		Nota lucrul individual	20%
	Nota finală	100%														
	Nota pentru evaluarea finală	40%														
	Nota evaluarea curentă	20%														
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%														
	Nota lucrul individual	20%														
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Avram E. Pregătirea practică a studenților - premise a inserției eficiente pe piața muncii. (Proiect POSDRU) Tg. Mureș: 2007. 180 p. 2. Bondrea A. Manual de practică. București: Editura Fundației România de Măine, 2011. 234 p. 3. Budevici-Puiu, Liliana. Ghidul practicii manageriale pentru ciclul I. Chișinău: USEFS, 2009. 18 p. 															

4. Bulzan C. ș.a. Ghid de practică pedagogică. București: Editura Didactica și Pedagogica, 2009. 266 p.
5. Gonciaruc S., Busuioc S. Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică. În: Teoria și arta educației fizice on școală, nr. 3, Chișinău, 2011, p. 5-15.
6. Regulamentul-cadru privind stagiile de practică în învățământul superior (Anexa la Ordinul Ministerului Educației al Republicii Moldova nr.203 din 19.03.2014). 12 p.
7. Secieru M. Portofoliu de practică pedagogică, Iași, Univ. „Al. I. Cuza”, Iași, 2002.
8. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p.
9. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p.
10. Ciorbă C. Baschet. Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p.
10. Портнов Ю. Баскетбол. Учебник для ВУЗов ФК. М., 1997, 476 стр.
11. Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p.
12. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p.
13. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p.
14. Ивойлов А. Волейбол. Минск, Высшаяшкола, 1983, 365 с.
15. Balint G. Bazele jocului de fotbal. Alma Mater, Bacău, 2002.
16. Motroc I., Cojocaru V. Fotbal. Curs de bază. ANEFS, București 1991.
17. Mocrousov, E. Organizational and Methodological Bases of the Long Term Training of Table Tennis Players. In: Communicative Action & Transdisciplinarity in the Ethical Society. LUMEN Proceedings. Iasi, Romania. 2018, p. 170-182 (WoS). ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6. ISBN 978-1-910129-16-6.
18. Dumitrescu E. Gimnastica ritmică. Curs de bază. Craiova: Tipografia Universității din Craiova, 2001. 105 p.
19. Dragnea C., Mate-Teodorescu S. Teoria sportului. București: Fest, 2002. 626 p.
20. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека: Учеб. для вузов. СПб.: Питер, 2003. 384 с.
21. Ильин Е. П. Психология спорта. СПб.: Питер, 2008. 352 с.
22. Карпенко Л.А. Художественная гимнастика: Учебник / Под общ. ред. Л.А. Карпенко. М., 2003. 256 с.
23. Кечеджиева Л., Ванкова М, Чипрянова М. Обучение детей художественной гимнастике. Москва: Физкультура и спорт, 1985. 92 с.
24. Крайждан, О., Методика воспитания координационных способностей в художественной гимнастике. Учебно-методическое пособие. Кишинёв: Типогр. Valinex SRL, 2016, 60 с. ISBN 978-9975-68-302-9
25. Лисицкая Т.С. Художественная гимнастика: учебник для ин-тов физ. культуры. М.: Физкультура и спорт, 1982. 232с.
26. <http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf>
27. <http://cyberleninka.ru/article/n/obscheprofessionalnye-kompetentsii-v-modeli-vypusknika-vuza-bakalavra-pedagogiki>
28. <http://festival.1september.ru/articles/601657/>
29. <http://sdr.lvsva.biz/page13.html>
30. <http://www.gavrilin-dshi.ru/index.php/informatsiva-dlva-prepodavatelei/128-cto-takoe-prof-kompetentsii-pedagogicheskikh-rabotnikov>
31. <https://infourok.ru/ponvatie-koncepcii-i-konceptualnih-osnov-obrazovaniva->

	<p>1198707.html (accesat 11.01.22)</p> <p>32. https://studfiles.net/preview/3355746/ (accesat 11.01.22)</p> <p>33. http://www.fgosvo.ru/uploadfiles/npo/20120325214132.pdf (accesat 11.01.22)</p> <p>34. https://mvdocx.ru/11-29051.html (accesat 12.01.22)</p> <p>35. https://www.sgu.ru/sites/default/files/education/practice/trenerskava_praktika.pdf (accesat 12.01.22)</p> <p>36. https://www.ncfu.ru/export/uploads/imported-from-dle/op/doclinks2015/Annot_professionalnoorientirovannavatrenerskavapraktika_49.pdf (accesat 12.01.22)</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021

**Sîrghi Serghei
Mocrousov Elena
Povestca Lazari
Iiin Grigore
Diacenco Eugenia
Craijdan Olga
Buftea Victor
Polevaia-Secăreanu Angela
Postolache Alexei**

**UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTATEA KINETOTERAPIE**



**PROGRAMUL DE STUDII
1001.1 KINETOTERAPIE ȘI TERAPIE OCUPAȚIONALĂ
Ciclul I (Licență), 240 credite**

**CATALOGUL CURSURILOR
în conformitate cu planul de învățământ aprobat de MECC din 27 iulie 2017**

ANUL I, SEMESTRUL I

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Anatomia aparatului locomotor					
Titularul cursului		Moroșan Ion, Deleu Inga					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codulcursului	F 01.O.01	Anul	I	Semestrul	I
Nr.credite	3	Limbade instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimuldisciplinei (F–componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă		Numărtotaldeore (pesemestru) dinplanuldeînvățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)</i>				
e-mail	medicinasportiva@mail.ru		Total	C	S	L/P	LI
			90	15	30	-	45
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii ”Anatomia aparatului locomotor” este studiată de către studenții facultății de Kinetoterapie. Disciplina reflectă informația despre structura țesuturilor osos și muscular, tipurile de țesuturi (osos și muscular), structura, dezvoltarea și clasificarea oaselor după anumite principii, legăturile dintre oase (legături neîntrerupte și întrerupte sau diartrozele). De asemenea, disciplina studiază părțile componente ale scheletului uman (scheletul capului, trunchiului, membrilor superioare și inferioare), structura mușchilor scheletici (fascicol muscular, fibra musculară), clasificarea mușchilor, grupele de mușchi: mușchii capului, gâtului, trunchiului (spate, torace, abdomen), mușchii membrilor superioare și inferioare.</p> <p>Studierea disciplinei Anatomia aparatului locomotor este foarte importantă în vederea formării unui specialist competent în domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale.</p> <p>Scopul disciplinei constă în înzestrarea studenților cu cunoștințe și formarea competențelor teoretice și practice în domeniul anatomiei aparatului locomotor, necesară în activitatea lor profesională.</p> <p><i>Curriculum-ul disciplinei se bazează pe anumite obiective, care sunt în raport cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • formarea competențelor teoretice privind structura sistemului osos a organismului uman; • asigurarea competențelor teoretice privind anatomia sistemului articular și muscular; • folosirea efectivă a cunoștințelor teoretice și practice din domeniul anatomiei în activitatea profesională. <p>Pentru asigurarea realizării obiectivelor sunt utilizate activități de învățare la orele de curs și</p>						

	<p>verificare a cunoștințelor la orele de seminar, unde se percepe nivelul de cunoaștere și înțelegere a materialului predat. În conformitate cu planul de învățământ studenții facultății de kinezoterapie, USFFS studiază disciplina Anatomia aparatului locomotor în anul I de studii, semestrul I, și anume 90 ore total pe parcursul unui semestru, ceea ce corespunde la 3 credite.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei reprezintă baza teoretico-practică în vederea formării profesionale a specialistului din domeniul kinezoterapiei și terapiei ocupaționale.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea aprofundată a bazei teoretice privind țesutul osos și muscular, structura, dezvoltarea și clasificarea oaselor; • posedarea cunoștințelor despre scheletul uman (scheletul capului, trunchiului, membrelor); • cunoașterea detaliată a materialului teoretic privind sistemul articular (componentele și particularitățile anatomice ale articulației); • înțelegerea minuțioasă a mișcărilor în articulații în jurul diferitor axe (frontală, sagitală, verticală); • priceperi privind biomecanica articulațiilor; • cunoașterea specificului mișcărilor în timpul efortului fizic sau a antrenamentului sportiv; • cunoștințe detaliate privind anatomia musculaturii scheletice, structura fibrei musculare, clasificarea mușchilor după criterii specifice; • cunoașterea tuturor grupelor de mușchi scheletici în organismului uman (mușchii capului, gâtului, trunchiului, membrelor); • aplicarea fundamentelor teoretice în activitatea sa practică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • îndeplinirea responsabilă a obiectivelor profesionale; • familiarizarea cu lucrul în echipă; • conștientizarea necesității de formare continuă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ definirea noțiunilor de țesut osos și muscular; ▪ cunoașterea componentei active și pasive ale aparatului locomotor; ▪ cunoștințe privitor anatomia osului; ▪ identificarea principiilor de clasificare a oaselor, tipurile de oase; ▪ identificarea componentelor unei articulații; ▪ cunoașterea părților componente ale scheletului uman; ▪ cunoașterea minuțioasă a scheletului capului, trunchiului și membrelor; ▪ identificarea structurii mușchiului scheletic (a fascicolului muscular, fibrei musculare); ▪ cunoașterea principiilor de clasificare a mușchilor scheletici, tipurile de mușchi; ▪ identificarea tuturor grupelor de mușchi scheletici ale organismului uman; ▪ cunoașterea aprofundată a mușchilor capului, gâtului, trunchiului și membrelor. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ înțelegerea structurii sistemului osteo-muscular; ▪ determinarea părților componente ale scheletului uman; ▪ determinarea componentelor unei articulații și tipurilor de articulații după anumite criterii; ▪ analiza mișcărilor în diferite articulații; ▪ înțelegerea structurii musculaturii scheletice; ▪ determinarea și analiza tuturor grupelor de mușchi scheletici; ▪ aplicarea cunoștințelor teoretice și a capacităților acumulate, în activitatea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ explicarea structurii sistemului osteo-muscular; ▪ redarea cunoștințelor privitor legătura dintre cele trei componente ale aparatului locomotor, și anume: a sistemului osos, articular și muscular; ▪ deslușirea importanței de a cunoaște toate grupele de mușchi scheletici;

	<ul style="list-style-type: none"> relatarea semnificației de identificare a punctele de fixare a mușchilor scheletici (punct imobil, punct mobil). 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Introducere în cursul de anatomie. Țesuturile. Tipurile de țesut osos și muscular.	6	1	2	3
	2.	Sistemul osos – partea pasivă a aparatului locomotor. Structura, dezvoltarea și clasificarea oaselor. Artrologia. Legăturile neîntrerupte și întrerupte sau diartrozele. Componentele unei articulații.	14	2	4	8
	3.	Scheletul uman. Oasele craniului cerebral și facial. Legăturile dintre oasele craniului. Diartroza temporo-mandibulară.	12	2	4	6
	4.	Scheletul trunchiului. Oasele cutiei toracice. Coloana vertebrală. Curburile coloanei vertebrale. Legăturile dintre oase.	12	2	4	6
	5.	Scheletul membrului superior și inferior. Oasele centurii scapulare și membrului superior liber. Oasele centurii pelviene și membrului inferior liber. Articulațiile la nivelul membrilor.	12	2	4	6
	6.	Sistemul muscular – partea activă a aparatului locomotor. Structura mușchiului scheletic. Clasificarea mușchilor scheletici după formă și funcție.	12	2	4	6
	7.	Mușchii capului (mimici și masticatori), mușchii gâtului și mușchii trunchiului (m. toracelui, m. spatelui și ai cefei, și m. abdominali).	12	2	4	6
	8.	Mușchii membrului superior (m. centurii scapulare și m. membrului superior liber) și mușchii membrului inferior (m. centurii pelviene și m. membrului inferior liber).	10	2	4	4
Total			90	15	30	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul.</p> <p>Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dar și cu prezentarea unor prelegeri asistate la calculator în programul Power Point. De asemenea, activitatea de curs va integra utilizarea mijloacelor audio-vizuale în predare: prezentarea materialelor video, a filmelor științifice.</p> <p>Seminarele se realizează prin verificarea cunoștințelor obținute la curs, se explică noțiunile anatomice cu utilizarea planșelor, atlasului, mulajelor, preparatelor anatomice. De asemenea, în timpul lecțiilor de seminar se utilizează așa metode ca: dezbateră, observarea, demonstrarea, problematizarea și învățarea prin cercetare și descoperire. Se utilizează aparatele antropometrice, în vederea asocierii elementelor teoretice cu experiențele practice, dar și metode de lucru în grup.</p>					
	<p><i>Evaluarea curriculară este realizată prin trei forme de evaluare: inițială, curentă și finală:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> Evaluarea inițială se efectuează oral la începutul activităților de predare, în scopul determinării nivelului de pregătire și potențialului de învățare a studenților prin metoda conversației orale și interviului. Evaluarea curentă/formativă se efectuează scris sub forma a două lucrări de control / teste, care se realizează în cadrul orelor de seminar. Lucrarea de evaluare integrează subiecte din mai multe teme studiate, care includ cele trei nivele: de cunoaștere, aplicare și integrare și se efectuează cu scopul de a cunoaște în ce măsură 					

Strategii de evaluare	<p>obiectivele stabilite au fost realizate. De asemenea, pe parcursul semestrului se verifică lucrul individual al studenților (referate, lucrări grafice, prezentări Power Point ș.a.). Astfel, în timpul semestrului se determină nivelul de cunoaștere, înțelegere, aplicare în practică a cunoștințelor căpătate.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Evaluarea finală sumativă scrisă/orală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin 9 subiecte, care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse la examen. 	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota pentru evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota pentru lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Erhan E., Deleu I., Dorgan V. Anatomia funcțională a sistemului osos. Chișinău: Print-Caro, 2014, 65 p. 2. Baci Gh. S. Anatomia organelor interne (indicații metodice). Chișinău, 1987, 44 pag. 3. Baci Gh. S. Anatomia sistemului nervos (indicații metodice), Chișinău, 1988, 38 pag. 4. Moroșan R., Dorgan V., Moroșan I., Dorgan V. Atlas la anatomie. Chișinău, 2018. 5. Octavian Maffei. Anatomiasomatică a omului. Braila, Ed. Evrika, 2000. 6. Mihail Ștefan. Anatomia omului. Volumul I. Chișinău, Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, 2007. 7. Baci Gh. S. Anatomia și morfologia sportivă. Chișinău, 1993. 283 p. 8. Baci Gh. S. Bazele morfologiei de vârstă și adaptării sportive (material didactic). Chișinău, 1987, 76 pag. 9. Dorgan V., Țiganaș O., Moroșan I. Anatomia funcțională a aparatului muscular. Ghid metodic. Chișinău: tipografia USEFS, 2018. 63 p. 10. Абрахамс П. Анатомия человека. Москва: АСТ, 2019, 256 с. 11. Билич Г.Л. Атлас. Анатомия и физиология человека: полное практическое пособие. Москва: Эксмо, 2017, 80 с. 12. Гайворонский И.В. Анатомия и физиология человека. Москва: Академия, 2019, 208 с. 13. Горбунов А.В. Анатомия человека. Санкт-Петербург: Спецлит, 2016, 352 с. 14. Иваницкий М. Ф. Анатомия человека. Учебник для высших учебных заведений физической культуры. Москва: Спорт, 2020, 624 с. 15. Колесников Л. Анатомия человека. Т.1. Остеология, артросиндесмология, миология. В 3х томах / Л. Колесников. Москва: Гэотар-Медиа, 2019, 480 с. 16. Краев А.В. Анатомия человека. Москва: Бином-Пресс, 2016, 960 с. 17. Сапин М. Р. Анатомия человека. Атлас. В 3 томах. Том 1. Учение о костях, соединениях костей и мышцах. Москва: Практическая Медицина, 2017, 424 с. 18. Сапин М.Р. Анатомия человека с элементами физиологии. Москва: Медицина, 2016, 432 с. 19. Сапин М.Р. Анатомия человека: В 2 т. Т. 2: Учебник / М.Р. Сапин. Москва: Академия, 2019, 256 с. 20. Сапин М.Р. Нормальная анатомия человека. Учебник. В 2 кн. Кн. 1 / М.Р. Сапин, Г.Л. Билич. Ереван: МИА, 2017, 480 с. 	



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		KINETOTERAPIE ȘI TERAPIE OCUPAȚIONALĂ					
Denumirea cursului		BIOCHIMIE					
Titularul cursului		Delipovici Irina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.01.O.005	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	45	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Biochimia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul ”Kinetoterapie”, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ.</i> Obiectivele esențiale ale disciplinei Biochimia se referă la organizarea chimică a organismelor vii sub raportul structurii, funcției și proprietățile biomoleculilor, la natura și mecanismele reacțiilor biocatalitice asociate structurilor celulare și intracelulare, la procesele biochimice ale metabolismului, la reglarea și controlul biochimic al activității celulare. Obiectivele generale ale cursului „Biochimia” sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Furnizarea cunoștințelor de bază necesare înțelegerii proceselor biochimice ce au loc în organism, a diferitelor tipuri de efort, a capacității de efort etc. atât pe parcursul antrenamentelor, cât și în afara lor; - Prezentarea principiilor generale și a mecanismelor esențiale de funcționare, autoreglare și adaptare a organismului sportivului ; - Oferirea unui suport științific pentru aspectele esențiale privind mecanismele de autoreglare, perfecționare și autostructurare a organismului supus efortului fizic; - Să înțeleagă studenții cum funcționează sistemele organismului uman, împreună, pentru a susține efortul din antrenament și competiții. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască și să folosească noțiunile specifice disciplinei ; • să explice noțiunile și conceptele biochimice raportate la efort ; • să interpreteze și evalueze complexe de modificări ale parametrilor biochimici în condiții de efort sau de restabilire după efort ; • să folosească terminologia disciplinei ; • să comunice și să colaboreze cu studenții ; • să aplice cunoștințele acumulate în situații profesionale diferite ; • valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în activitățile științifice și de cercetare. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • executarea responsabilă a sarcinilor profesionale; • familiarizarea cu lucrul în echipă; • conștientizarea nevoii de formare continuă. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Biochimia (metabolism, sisteme disperse, sisteme tampon, acidoză, alcaloză, hematocrit, elemente figurate, proteine, lipide, glucide, ADN, ARN etc.); ▪ să identifice părțile componente ale sistemelor tampon și modul lor de activitate ; ▪ să caracterizeze vitaminele și hormonii; ▪ să identifice cum are loc resințea ATP-ului în diferite tipuri de efort fizic; ▪ să identifice compoziția chimică și proprietățile funcționale a mușchilor striati ; ▪ să caracterizeze zonele efortului fizic. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine mecanismele de resințea a ATP-ului ; ▪ să elaboreze o rație alimentară rațională în dependență de vârstă, sex, tipul de sport practicat, condițiile climaterice etc.; ▪ să analizeze și să explice capacitatea de efort a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul lecțiilor practice de educație fizică. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența biochimiei efortului fizic ; ▪ să îmbine cunoștințele acumulate în cadrul cursului în procesul de pregătire; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru elaborarea programei individuale de antrenament; ▪ să respecte particularitățile disciplinei date. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Introducere în biochimie</p>	<p>4</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>1</p>
	<p>2</p>	<p>Sistemele disperse apoase ale organismului</p>	<p>6</p>	<p>-</p>	<p>2</p>	<p>4</p>
	<p>3</p>	<p>Reacția activă a SDA. Ionizarea apei</p>	<p>6</p>	<p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p>
	<p>4</p>	<p>Hormonii – reglatorii proceselor biochimice din organismul uman</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>2</p>	<p>2</p>
	<p>5</p>	<p>Vitaminele și rolul lor în activitatea enzimelor</p>	<p>4</p>	<p>-</p>	<p>2</p>	<p>2</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	6	Biocataliza	6	1	2	3	
	7	Bioenergetica	6	1	2	3	
	8	Biochimia glucidelor	10	2	4	4	
	9	Biochimia lipidelor	7	1	2	4	
	10	Biochimia proteinelor	7	1	2	4	
	11	Biochimia acizilor nucleici	7	1	2	4	
	12	Metabolismul hidro-salin	3	-	2	1	
	13	Biochimia contracției musculare	7	1	2	4	
	14	Dinamica proceselor biochimice într-un efort muscular	7	1	2	4	
	15	Procesele biochimice ce au loc în organism în perioada de restabilire după efort	6	1	2	3	
	16	Bazele biochimice ale dezvoltării calităților motrice ale sportivilor	8	1	4	3	
	17	Factorii biochimici ai capacității de efort a sportivilor	7	1	2	4	
	18	Bazele biochimice ale alimentației raționale a sportivilor	6	1	3	2	
	19	Controlul biochimic în sport	4	-	2	2	
	20	Dopingul și performanța sportivă	4	-	2	2	
	Total			120	15	45	60
	Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele</p>					

	propușe pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Delipovici I. "Caiet de sarcini" pentru orele facultative și independente la cursul de lecții "Biochimia", Ed. Print – Caro, Chișinău, 2020 – 64 p.</p> <p>2. Delipovici I. "Biochimia", Note de curs, ed. Print-Caro, Chișinău, 2019-231p.</p> <p>3. Delipovici I. "Asigurarea biochimică a pregătirii sportive", Congresul Științific Internațional Ediția VI-a "Sport. Olimpism. Sănătate", USEFS, Chișinău, 16-18 septembrie, 2021</p> <p>4. Delipovici I., Annual dynamics of physical development harmony indicators of adolescents, Conferința Științifică Internațională Ediția I Tradiții, realități și perspective ale dezvoltării culturii fizice, Chișinău, 25–26 Mai, 2018</p> <p>5. Delipovici I. Methodology of teaching physical education by implementing the game and competition method. International Congress of Physical Education, Sport and Kinetotherapy. Education and Sport Science in the 21st Century Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceeding of Social & Behavioural Sciences. Future Academy. ISSN 2357-1330, p.178-184</p> <p>6. Delipovici I. Metodologia predării lecțiilor de educație fizică la elevii de 14-15 ani prin implementarea metodei jocului și competiției. Methodology of teaching physical education lessons for 14-15 year-old pupils by implementation of the game and competition method. Revista „Știința culturii fizice” nr.31/2, Chișinău, USEFS, 2018. ISSN 1857-4114, e-ISSN 2537-6438, p.31-44. CZU 796.077.5</p> <p>7. Волков Н.И., Несен Э.Н., Осипенко А.А., Корсун С.Н., Биохимия мышечной деятельности”, Олимпийская литература, Киев 2000 – 502 с</p> <p>8. Мохан Р., Глессон М., Гринхафф П., Биохимия мышечной деятельности и физической тренировки”, Олимпийская литература, Киев 2001. – 194с.</p> <p>9. Рогозкин В.А., Биохимическая диагностика в спорте”, Л: Наука, 1988. – 50с.</p> <p>10. Fusu I. „Biochimia exercițiilor fizice”, - Chișinău, INEFS, 1997. – 21p.</p> <p>11. Fusu I. „Biochimia statică, dinamică și funcțională”, - Chișinău, INEFS, 1999. – 77p.</p> <p>12. Demeter A., Chircoiașu M., “Fiziologia și biochimia educației fizice și sportului”. București, Ed. Sport – Turism 1979. – 379p.</p> <p>13. Vâjîială Graziela Elena „Biochimia efortului”. București, Ed. România de mâine, 2002. – 140p.</p> <p>14. Bezdead P. „Vitaminele și sănătatea”, București, 1994. – 62p.</p> <p>15. Conunov Ț., Popov M., Fusu I. „Curs de chimie”, ed. Lumina, Chișinău, 1994.</p> <p>16. Glinca N. „Chimie generală”, ed. Lumina, Chișinău, 1967.</p> <p>17. Rusu V., Deutesch G., „Biochimie medicală generală”, ed. Medicală, București, 1996. – 254p.</p> <p>18. Essen B., Jansson E. “Metabolic characteristics of fibre types in human skeletal muscle” // Acta Physiol., 1995. – 153p.</p> <p>19. Weineck J. Biologia și sportul. Traducere S.D.P., vol I-II, București, 1995. – 374p.</p> <p>20. Dragan I. „Medicină sportivă”, ed. Medicală, București, 2002. – 797p.</p> <p>21. Christine A. Rosenbloom. „Sports nutrition”, American Dietetic Association, 2012. – 507p.</p> <p>22. Бендел Дж. „Сокращение и расслабление мышц”, Пер. с англ. – Москва, Мир, 1990. – 254с.</p> <p>23. Ермолаев М., Ильичева А. « Биологическая химия», Медицина, Москва, 1990. – 263с.</p>	



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Limba franceză I					
Titularul cursului		Brega Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 03	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Franceză	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ					
e-mail	catedralimbi@gmail.com ail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180			90	90	
Nota de prezentare	<p>Curriculumul la limba franceză este destinat profesorilor care predau limba franceză în Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, la Facultatea de Kinetoterapie și studenților specializați în kinetoterapie și terapie ocupațională.</p> <p>Procesul instructiv-educativ organizat conform acestui curriculum va fi efectuat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei și mijloacele și căile de realizare ale procesului de predare/învățare.</p> <p>Cursul de limba franceză constituie o continuare a cursului liceal și este bazat pe studierea textelor de specialitate, a unor teme de conversație, care, de asemenea, au tangențe cu domeniul kinetoterapiei, articole extrase din presa sportivă consacrată domeniului respectiv.</p> <p>Scopul principal al predării limbii franceze la specialitatea de <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i> este posedarea practică a limbii, ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, referitoare la domeniul kinetoterapiei și medicinei sportive.</p> <p>În cursul de limba franceză I se acordă atenție, mai ales la etapa începătoare, particularităților structurii fonetice a limbii franceze, asemănarilor și deosebirilor dintre limba franceză și română /rusă, ordinii directe a cuvintelor în frază, precum și unor teme de gramatică strict necesare pentru extragerea exactă a informației dintr-un text cu caracter comun sau de largă specialitate (noțiuni de medicină sportivă și kinetoterapie).</p> <p>Predarea materialului prevăzut de curriculum, precum și dobândirea, prin efort</p>						

	<p>personal, a cunoștințelor de către studenți se efectuează prin următoarele operații didactice: demonstrarea, ilustrarea, esențializarea, actualizarea, adaptarea, restructurarea, combinarea organică a activităților didactice auditoriale cu cele extradidactice (neauditoriale).</p>				
<p>Competențe generale dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică pe specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor lor proprii cu privire la cele expuse. 2. Întreținerea unei convorbiri, discuții pe anumite teme prevăzute de programă. 3. Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara respectivă (mai ales a cunoștințelor referitoare la domeniul kinetoterapie în Republica Moldova), care să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori spirituale comune sau diferite din cele două culturi vizate, română și franceză. 4. Dezvoltarea spiritului de creativitate. 5. Dezvoltarea capacității de exprimare în scris. 				
<p>Competențe speciale</p>	<p>A) La nivelul de cunoaștere:</p> <p>C1 –însușirea terminologiei privind domeniul kinetoterapie și medicinei sportive, în limba franceză;</p> <p>C2 –asimilarea materialului gramatical în vederea extragerii informației exacte dintr-un text de specialitate (kinetoterapie) și formulării corecte a unui enunț (oral sau scris);</p> <p>C3 - asimilarea diverselor tipuri și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta;</p> <p>C4 –însușirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului științific;</p> <p>C5 –însușirea regulilor de reducere a unui text;</p> <p>B) La nivel de aplicare:</p> <p>C6 –utilizarea corectă a terminologiei și construcțiilor lingvistice specifice în descrierea unui eveniment sportiv;</p> <p>C7 – înțelegerea corectă a unui text de specialitate relevând informația principală și cea secundară;</p> <p>C8 –exprimarea corectă și coerentă cu privire la un subiect cu caracter științific;</p> <p>C9 – utilizarea corectă a unor formule de politețe;</p> <p>C) La nivel de integrare:</p> <p>C10 – observarea particularităților limbajului de specialitate în raport cu stilul artistic și cu limbajul vorbit;</p> <p>C11 – integrarea terminologiei kinetoterapeutice în procesul de comunicare cu un interlocutor;</p> <p>C12 –pregătirea și prezentarea comunicărilor pe anumite teme (la orele de curs, la conferințe științifice);</p> <p>C13 –formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului (vorbit sau scris) pe teme de kinetoterapie.</p>				
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Ore practice	LI
	1	Evaluation initiale des connaissances des étudiants (d'après le programme du BAC).	3	2	1

Tematic și repartizarea orelor de curs	2	Nous sommes étudiants.	3	2		1
	3	La salle de lecture	3	2		1
	4	Ma famille	3	2		1
	5	Une leçon de français	3	2		1
	6	Les langues étrangères	6	4		2
	7	L'Université d'Etat de l'Education	3	2		1
	8	La journée d'un étudiant	3	2		1
	9	Mes loisirs	3	2		1
	10	La France	6	4		2
	11	Paris	3	2		1
	12	Médecine sportive	6	4		2
	13	Le médecin du sport	3	2		1
	14	Lecture préparée: „Gym”.p.3-5	3	2		1
	15	La kinésithérapie	6	4		2
	16	Ma spécialité, la kinésithérapie.	6	4		2
	17	Formation des kinésithérapeutes en France	6	4		2
	18	Lecture préparée: „Gym”.p.6-8	3	2		1
	19	Organisation générale du corps humain	6	4		2
	20	Colonne vertébrale	6	4		2
	21	Os et articulations	6	4		2
	22	Le rôle du système nerveux	6	4		2
	23	Muscles	6	4		2
	24	Fatigue musculaire	6	4		2
	25	Coeur	6	4		2
	26	Lecture préparée: „Gym”.p.9-15	3	2		1
	27	Pathologie du cœur sportif	6	4		2
	28	L'entraînement	3	2		1
	29	Le surentraînement	3	2		1
	30	Lecture préparée: „Gym”.p.16-21	3	2		1
	31	Évaluation finale	3	2		1
		Total	135	90		45
Activitatea individuală						
	1. Texte suplimentare: <i>Exercices physiques et santé; Motivations à la pratique d'un sport; Alimentation, entraînement, drogues; La consolidation osseuse; L'épaule.</i>	20				20
	2. Lectură individuală: <i>Lagym</i> – p. 21-36	10				10
	3. Articole de presă (6).	6				6
	4. Informații privind medicina sportivă și kinetoterapia.	4				4
	5. Rapoarte științifice	5				5
		45				45
	Total	180	90			45
1. Selectarea conținutului activității instructiv – educative. 2. Amplificarea treptată a conținutului învățământului. 3. Sistematizarea cunoștințelor prin demers liniar sau concentric. 4. Îmbinarea adecvată a muncii didactice frontale cu munca în grupuri și cu						

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>activitatea individuală a fiecărui student.</p> <p>5. Asigurarea unui studiu ritmic.</p> <p>6. Integrarea tehnicilor audio-vizuale în predarea limbii, în laboratoarele lingvistice ale catedrei.</p> <p>7. Utilizarea metodelor comunicative: conversația didactică, simularea situațiilor, problematizarea, studiul de caz, asaltul de idei (brainstorming), algoritimizarea.</p> <p>Cursul de limba franceză presupune crearea unui echilibru între caracterul informativ și formativ al procesului de învățare, cel formativ fiind considerat prioritar.</p>	
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților este considerată atât ca o posibilitate de promovare a studentului, cât și ca o metodă de învățământ, de control și de apreciere a nivelului de cunoaștere a limbii la diferite etape ale procesului de instruire. Formele de evaluare sunt determinate de perioada de studiu, precum urmează:</p> <p>a) <i>Evaluarea curentă</i>: diagnosticarea, la începutul anului I, a nivelului de posedare a limbii; teste în scris; lucrări de control; recapitularea terminologiei sportive pe compartimente;</p> <p>b) <i>Evaluarea finală</i>: examen la sfârșitul sem. I.</p> <p><i>Cerințe de evaluare</i>. La aprecierea notei se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de spiritul inventiv al studentului (30%).</p> <p>Controlul priceperilor și deprinderilor studenților se efectuează prin interogare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitelor tipuri de teste, iar examinarea finală se face prin teste în scris sau examen oral.</p> <p>Controlul poartă un caracter instructiv și ajută la depistarea lacunelor din cunoștințele studenților.</p> <p>Testarea în scris a cunoștințelor se efectuează după asimilarea anumitor compartimente din materia predată (la mijloc de semestru, la finele semestrului, la finele anului de învățământ).</p> <p>Sunt admiși la testări în scris la sfârșit de semestru și la examen doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ. Studenții susțin examen în baza reușitei curente și a notei obținute la examen.</p> <p>Examenul final îi permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii franceze studiate și progresul obținut de student pe parcursul semestrului I.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în%)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota lucru l individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>Scopul principal al predării limbii franceze la specialitatea <i>Educație fizică</i> este posedarea practică a limbii, ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, referitoare la domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Predarea materialului prevăzut de curriculum, precum și dobândirea, prin efort personal, a cunoștințelor de către sudeți se efectuează prin următoarele operații didactice: demonstrarea, ilustrarea, esențializarea, actualizarea, adaptarea, restructurarea, combinarea organică a activităților didactice auditoriale cu cele extradidactice (neauditoriale).</p> <p>Scopul principal al predării limbii franceze la specialitatea <i>Educație fizică</i> este posedarea practică a limbii, ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, referitoare la domeniul educației fizice și sportului.</p> <p>Predarea materialului prevăzut de curriculum, precum și dobândirea, prin efort</p>	

personal, a cunoștințelor de către studenți se efectuează prin următoarele operații didactice: demonstrarea, ilustrarea, esențializarea, actualizarea, adaptarea, restructurarea, combinarea organică a activităților didactice audioriale cu cele extradidactice (neauditoriale).

Brega V. *Le Français pour les kinésithérapeutes*. Cours pratique, Chișinău, 2021. 128 p.

Popescu L. *Cours de kinésithérapie*. București, 1999, 134 p.

Îndrumător terminologic pentru studenții secțiilor de kinetoterapie. Coord. D. Mateș. Bacău, 1997.

Guénard Hervé. *Physiologie humaine*. 3^e éd. Édition Pradel. Paris 606 p.

Orieux, M. et Everaex, M. *Sciences naturelles*, Paris, 1975.

Мусоханова М.Б. *Французский язык для медиков*. Учебное пособие. Омск, 2008, 261 p.

La Gym' . Lectures faciles. D'après Didier Cohen.

Grammaire française. M. 1969.

Dictionnaire français-roumain, București, 1995.

10. *Le Petit Larousse en couleurs*. Paris, 1995. 1784p.

11. *Kinésithérapie scientifique*

Data completării: 01.09.2021
conf. univ.

Viorica Brega, dr.



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie si terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Limba engleză					
Titularul cursului		Birsa Elena					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 03	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	-	90	-	90	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea <i>Kinetoterapie si terapie ocupațională</i>.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentând rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată. Înșușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală. Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă. Înșușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none"> înșușirea terminologiei de specialitate în limba engleză; participarea activă la interacțiunile verbale; 						
	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> Înșușirea regulilor gramaticale pentru a formula corect un enunț (oral sau 						

Finalități și performanțe la curs/modul

- scris);
- efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă;
 - identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate;

La nivel de înțelegere și aplicare:

- Redactarea și corectarea , în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale ;
- audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic;
- cunoașterea regulilor de reducere a unui text;
- pregătirea și prezentarea unor comunicari pe anumite teme;
- schițarea și scrierea planul unui text cunoscut;
- explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizând logic lexicul de specialitate;

La nivel de integrare:

- utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut;
- extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață.

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
		Total	Seminar	LI
1	Introductory Lesson	2	2	-
2	Initial Test	2	2	-
3	About Myself	4	2	2
4	My Family	4	2	2
5	My Flat	4	2	2
6	My Hobby	6	2	4
7	At the English Language Lesson	4	2	2
8	We Are Students	4	2	2
9	The students of physical education and sports universities	6	2	4
10	Our University	8	4	4
11	A Student's Working Day	4	2	2
12	A Student's Day Off	4	2	2
13	The Foggy Albion-the United Kingdom	8	4	4
14	The Country of Dreams and Opportunities - the United States of America	8	4	4
15	My Motherland – Moldova. Places of interest Chisinau, the capital of Moldova	8	4	4
16	Educational System in the United Kingdom	8	4	4
17	Educational System in the United States of America	6	2	4
18	Educational System in Moldova	6	2	4
19	Kinotherapy	6	2	4
20	Human Body	8	4	4
21	My Speciality	4	2	2
22	The Skeleton	8	4	4
23	The Muscles	8	4	4
24	The Circulatory System	8	4	4
25	Hypertension	8	4	4
26	Track-and-field Athletics	8	4	4
27	Sports medicine	8	4	4
28	Sports psychology	8	4	4
29	Swimming	6	4	2

	30.	Revision	2	2	-
	31	Final test	2	2	-
	Total		180	90	90 ore
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor</i> și <i>student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. În funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p> <p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului I. Conținutul examenului prevede:</p> <p>Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului.</p> <p>Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu.</p> <p>Conversația pe o temă studiată.</p> <p>Traducerea lexicului de specialitate.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%	
	Nota pentru evaluarea finală			40%	
	Nota evaluarea curentă			40%	
	Nota lucrul individual			20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Chele P. How to Eat, Move and be Healthy (a guide). Denisova, G., Drozd, A., Romanovich, R. 2011. Tourism Terminology in Social, Linguistic and Translation Contexts. Henrichs-Kleinen E. Gramatica limbii engleze, București: Editura Niculescu, 2003. Keep the spirit Alive. International Olympic Academy, 2003 Leonard I. L. An introduction to tourism. Oxford Press. Melenciuc D., Onofreiciuc E. English for High School. Chișinău, 2000. Nedelcu C., Murar I., Bantaș A., Dicționar roman-englez, București; Teora, 2001. Oxford Advanced Learners Dictionary, 2005. Stundevern J. Sport tourism. Oxford Press. The USA: Geography, History, Education (a reader). Moscova: List, 1999. Галицынский Ю. Грамматика английского языка (сборник упражнений). Санкт-Петербург: КАРО, 2006. Degtariova P.F. English, 1989 Парахина А.В., Тылкина А.В. Учебник английского языка. Москва, Высшая школа, 1982. 				



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Cultura comunicării și limbajul de specialitate					
Titularul cursului		Luca Aliona					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 01 O. 04	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							S
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L - lecții practice, LI - lucru individual, P-prelegeri)					
		Total	C	S	L/P	LI	
		120			60	60	
Notă de prezentare	<p>Disciplina de studii „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” este parte componentă a planului de învățământ pentru ciclul I – studii superioare de licență, în domeniul de formare profesională <i>1001 Motricitate specială și recuperare</i>, specialitatea <i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, ce se realizează în cadrul Facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Ea se încadrează în sistemul disciplinelor de creare a abilităților și competențelor generale și este orientată spre formarea și perfecționarea competențelor de comunicare, în conformitate cu normele limbii române literare, în vederea stabilirii relațiilor interpersonale și a obținerii succesului în activitatea profesională ulterioară.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ, disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate”, la programul de studii „Kinetoterapie și terapie ocupațională”, este predată în anul I, semestrul I. Curriculumul este elaborat în consonanță cu acumulările în cunoașterea științifică a domeniului, având la bază sistemul de credite transferabile. Numărul total de ore afectate cursului este de 120, inclusiv: 60 de ore – contact direct, 60 de ore – studiu individual (4 credite).</p> <p>Activitățile proiectate în cadrul disciplinei sunt orientate spre familiarizarea studenților cu principiile și aspectele esențiale ale comunicării în domeniul kinetoterapiei, cu funcțiile comunicării, cu cele mai eficiente tehnici de comunicare și de ascultare, cu documentele inerente realizării activității profesionale.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor disciplinei, sunt aplicate strategii de predare-învățare-evaluare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi la toate cele trei niveluri comportamentale, care au un grad diferit de complexitate: <i>cunoaștere, aplicare, integrare</i>. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare au scopul de a accentua noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, de formare a</p>						

	<p>competențelor și de aplicare - integrare a acestora în activitatea profesională.</p> <p>În acest mod, curriculumul la disciplina „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” constituie un reper teoretic și practic util, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Studierea disciplinei „Cultura comunicării și limbajul de specialitate” asigură formarea competențelor-cheie generice, prevăzute în planul de învățământ pentru specialitatea respectivă: competența de rezolvare a problemelor; spirit de inițiativă; gândire critică și strategică; competență de lucru în echipă; competența de învățare; creativitate; competențe de comunicare cu personalul medical și cu pacienții.</p> <p>Competențele generale și specifice formate în cadrul disciplinei sunt:</p> <p style="text-align: center;">Competențele generale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - competențe de comunicare interpersonală, publică și socioprofesională, a celor de susținere a unor discuții și dezbateri în diverse contexte de comunicare; - utilizarea limbajului verbal (oral și scris) în alcătuirea de mesaje logice, coerente, corecte, pentru realizarea obiectivelor comunicării; - asimilarea și aplicarea celor mai eficiente strategii de comunicare și de ascultare în activitatea profesională; capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității culturale în activitatea profesională; - capacitatea de gândire critică, de percepere, analiză și sinteză a informațiilor etc. <p style="text-align: center;">Competențele specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - însușirea și aplicarea mijloacelor eficiente de comunicare în domeniul profesional; - inițierea în terminologia de specialitate a kinetoterapiei, în vederea utilizării ei adecvate în comunicarea profesională; - capacitatea de selectare și utilizare a literaturii științifico-metodice și a altor surse de informații necesare pentru realizarea activității profesionale a angajaților în domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale etc.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Finalitățile de studiu se realizează prin valorificarea conținutului modulelor unității de curs, prin utilizarea optimă a tehnologiilor didactice, prin aplicarea eficientă a activităților de predare-învățare-evaluare și a celor de cercetare. Ele sunt corelate optim cu cele stipulate în planul de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - manifestarea abilităților de cunoaștere, înțelegere, aplicare, analiză, sinteză, evaluare în activitatea profesională; - comunicarea eficientă, aplicând cunoștințele din domeniul culturii comunicării și folosind terminologia de specialitate în limba română. <p style="text-align: center;">Finalitățile specifice ale disciplinei</p> <p>La sfârșitul studierii disciplinei, studenții vor fi capabili:</p> <p>la nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască noțiunile și conceptele de bază ale culturii comunicării; - să identifice problematica, teoriile, principiile comunicării; - să determine tendințele și perspectivele culturii comunicării; - să identifice aspectele teoretice ale comunicării; - să asimileze terminologia de specialitate; - să cunoască tipologia greșelilor de stil; - să cunoască principiile de elaborare a actelor oficiale necesare în munca de organizare a activității în domeniul <i>Kinetoterapiei și terapiei ocupaționale</i>. <p>la nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să analizeze diferite noțiuni, fenomene și procese ale comunicării; - să folosească și să-și dezvolte deprinderile de vorbire în sferile de comunicare profesională; - să obțină competențele de comunicare scrisă necesare în activitatea profesională; - să respecte normele de logică, de limbă, de etică ale comunicării; - să determine dificultățile, barierele și blocajele comunicării; - să interpreteze corect situațiile de comunicare în activitatea kinetoterapeutului; - să utilizeze competențele personale și de comunicare în procesul de comunicare cu clienții; - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea profesională.

	<p>la nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să manifeste abilități de ascultare și înțelegere a mesajelor altor persoane; - să stabilească relațiile optime cu partenerii în diverse situații de comunicare; - să evite și să soluționeze diferite conflicte de comunicare; - să respecte normele de logică și de limbă în elaborarea mesajelor scrise și orale; - să respecte normele de etică, să țină cont de aspectele psihologice în comunicarea profesională; - să creeze texte coerente cu tematică profesională, în diverse stiluri; - să elaboreze texte oficiale, în special cu caracter de specialitate; - să se exprime corect, fluent, elocvent; - să integreze terminologia de specialitate în vocabularul activ și în comunicarea profesională; - să realizeze procesul de comunicare profesională prin prisma sistemului de calitate; - să conștientizeze importanța însușirii culturii comunicării și a limbajului de specialitate pentru activitatea ulterioară în domeniul <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>. 				
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>Nr. crit.</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Nr. de ore</p>		
			<p>Total</p>	<p>practicte</p>	<p>LI</p>
	1	Conceptul de comunicare. Teorii, principii, niveluri ale comunicării. Etapele evoluției comunicării interumane. Limbajele. Tipuri și clasificări. Funcțiile limbajului.	8	6	2
	2	Stilul comunicării orale. Calitățile generale și particulare ale stilului individual.	4	2	2
	3	Tipologia greșelilor de stil individual: pleonasmul, tautologia, cacofonia, dezacordul semantic, calchierea.	4	2	2
	4	Normele de etică ale comunicării orale.	8	4	4
	5	Normele de logică ale comunicării orale: legea identității, argumentarea tezelor, formularea concluziilor.	6	4	2
	6	Normele de limbă ale comunicării orale.	4	2	2
	7	Întrebarea și răspunsul în comunicarea orală.	4	2	2
	8	Defecte de comunicare. Modele de exprimare.	4	2	2
	9	Aspecte psihologice ale comunicării orale.	8	4	2
	10	Dificultățile, barierele și blocajele comunicării. Conflictele de comunicare și căile de soluționare a acestora.	4	2	2
	11	Specificul comunicării în activitatea kinetoterapeutului	4	2	2
	12	Comunicarea scrisă. Textul coerent – o formă a comunicării în scris. Stilurile funcționale ale limbii.	4	2	2
	13	Noțiunea de lexicografie. Tipuri de dicționare. Dicționarele românești.	4	2	2
	14	Cazuri dificile de vocabular: sinonime, omonime, antonime, paronime și greșeli comise din cauza confundării acestora	4	2	2
	15	Limbaj comun vs. limbaj specializat. Caracteristicile limbajelor specializate. Terminologia domeniului <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i> .	4	2	2
	16	Tipologia discursului. Structura discursului clasic. Recomandări privind elaborarea și prezentarea unui discurs.	8	2	6
	17	Textul oficial. Trăsăturile caracteristice și structura generală a textului oficial.	4	2	2
	18	Abrevieri frecvente în actele oficiale. Clasificarea generală a actelor oficiale	4	2	2
	19	Modele de acte oficiale: documentele organizatorico-administrative, documentele de dispoziție.	4	2	2
	20	Modele de acte oficiale: actele informative, actele doveditoare	8	4	4
21	Actele privind personalul: fișa personală, autobiografia, curriculum vitae, referința, recomandarea.	6	2	4	

	22	Correspondența oficială. Modele de scrisori oficiale. Lucrări de corespondență neoficială și alte mesaje.	8	4	4
	23	E-comunicarea. Instrumente de e-comunicare. Reguli de perfectare a corespondenței electronice.	4	2	2
		Total	120	120	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategiile didactice aplicate în cadrul lecțiilor presupun atât metode de transmitere a cunoștințelor, cât și de identificare a lor (exerciții de însușire a lexicului, analiza unor texte, articole de specialitate, efectuarea testelor de evaluare formativă, sumativă etc.), folosirea unor metode activ-participative (conversația, descoperirea, simularea, modelarea, dezbateră, diverse situații-problemă etc.). Metodele interactive aplicate (de ex. brainstormig-ul, sinelg-ul, turul galeriei, RAI) au menirea de a soluționa adecvat noile situații de învățare. Formarea abilităților de comunicare orală și scrisă - obiectivul major de predare/învățare a disciplinei - se realizează în baza deprinderilor de integrare, prin elaborarea diferitor tipuri de mesaje orale și scrise (reportaj, interviu, discurs la o temă de specialitate aleasă, portofoliu cu acte oficiale perfectate conform modelelor studiate etc.), care presupun aplicarea și integrarea tuturor competențelor formate în cadrul orelor de curs, la nivel de cunoaștere, de aplicare și de integrare. Însușirea terminologiei de specialitate se realizează regulat, în baza analizei textelor selectate din literatura științifică și beletristică, a articolelor din presa periodică de specialitate și a exercițiilor, ce sunt efectuate în cadrul tuturor orelor de cultura comunicării și limbajul de specialitate. Formele de activitate (frontală, individuală, în perechi, în grup), precum și tehnologiile digitale sunt aplicate în funcție de obiectivele urmărite la predarea fiecărui modul/ subiect. Conținutul teoretic și aplicativ al disciplinei are un caracter diferențiat, în funcție de specializarea studenților cărora le este predat cursul, fiind revizuit, adaptat și actualizat sistematic.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea studenților are loc prin:</p> <ol style="list-style-type: none"> <i>Testare inițială:</i> diagnosticarea, la începutul semestrului I, a nivelului de posedare a limbii române; <i>Evaluarea curentă:</i> teste în scris; lucrări de control; integrarea lexicului asimilat în texte proprii, portofoliu; <i>Evaluarea finală:</i> examen la sfârșitul sem. I. <p>La aprecierea cunoștințelor se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de competențele creative ale studentului (30%). Evaluarea curentă are un caracter formativ și ajută la depistarea deficiențelor de asimilare, aplicare și integrare a cunoștințelor studenților, în vederea proiectării activităților ulterioare.</p> <p>Evaluarea curentă a competențelor studenților se efectuează prin testare (orală și scrisă) cu ajutorul diferitor tipuri de itemi. Testele de evaluare formativă și sumativă se propun după asimilarea anumitor module din materia predată (în decursul și la sfârșitul semestrului). Evaluarea finală presupune susținerea unui examen.</p> <p>Nota finală este alcătuită din cumularea notei curente (30%), a celei pentru lucrul individual (30%) și a celei obținute la examenul de sfârșit de semestru $\times 0,4$.</p> <p>Conținutul examenului</p> <p>Evaluarea finală (examen) include 3 tipuri de subiecte:</p> <ol style="list-style-type: none"> Întrebări privind aspectele esențiale ale culturii comunicării. Redactarea și precizarea greșelilor de stil dintr-un text scurt propus. Elaborarea unui text în stil oficial-administrativ sau publicistic. 				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota pentru evaluarea curentă		30%		
	Nota pentru lucrul individual		30%		
Referințe bibliografice	<p>Cursul de bază:</p> <p>Luca A. Cultura comunicării și limbajul de specialitate. Curs universitar pentru studenții Facultății de Kinetoterapie. Chișinău: Editura USEFS, 2014. 180 p. ISBN 978-9975-131-05</p>				

Bibliografie suplimentară:

- Avram M. Cuvintele limbii române între corect și incorect. București – Chișinău: Cartier, 2001.
- Bahnaru V., Druță I., Verebceanu G., Vieru L., Vlas M., Vulpe A. Ghid de exprimare corectă [on-line]. Chișinău: Ed. Profesional Service, 2014. 131 p. Disponibil: http://www.cca.md/files/ghid_de_exprimare_corecta_2014_6154042.pdf
- Butiurcă D. Limbajul medical. Influența engleză. // Simpozionul științific internațional „Distorsionări în comunicarea lingvistică, literară și etnofolclorică românească și contextul european”. Iași, 25-27 septembrie 2008. p. 43-51.
- Butiurcă D. Fundamentele greco-latine ale terminologiei medicale. // Congresul științific internațional „European Integration – between tradition and modernity”. Vol. 3. Târgu-Mureș: Editura Universității „Petru Maior”, 2009. p.515 – 524.
- Cantemir G., Timciuc S. Cultura vorbirii. O carte care te învață să vorbești și să scrii corect. Ediția a doua, revăzută și adăugită. Chișinău: Ed. Arc, 2017. 116 p.
- Carnegie D. Secretele succesului. Cum să vă faceți prieteni și să deveniți influent, București: Editura Curtea Veche, 1997.
- Druță Inga. Magia cuvântului. Ediția a II-a [on-line]. Chișinău: Centrul Național de Terminologie, 2012. 123 p. Disponibil: http://cnt.md/media/files/files/magia_2012_def_3484859.pdf
- Coteanu I. Gramatica de bază a limbii române. București: Editura Garamond, 1996.
- Dumeniuc I., Mățaș N., Rusnac G. Îndrumar de ortografie. Chișinău, 1990. 120p.
- Graur E. Tehnici de comunicare. Cluj-Napoca: Mediamira, 2001. 114 p.
- Guțu Romalo V. Corectitudine și greșeală. Limba română de azi. București: Editura Humanitas Educațional, colecția Repere, 2000.
- Irimia, D., Structura stilistică a limbii române contemporane, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1986.
- Mareș N. ABC-ul comportării civilizate. Chișinău: Universitas, 1992. 72 p.
- Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi. București: Humanitas, 2012, 326 p.
- Mățaș N. Româna corectă. Îndreptar de cultivare a limbii. București, 2000.
- Mucchielli, A., Arta de a influența, Editura Polirom, Iași, 2002.
- Palii A., Cultura comunicării, Editura Epigraf, Chișinău, 2005.
- Prutianu, Ș., Antrenamentul abilităților de comunicare, Editura Polirom, Iași, 2004.
- Rădulescu I.Ș. Să vorbim și să scriem corect. Erori frecvente în limbajul cotidian. București: Editura Niculescu, 2002.

Dicționare:

- Albu C., Gherguț A., Albu M. Dicționar de kinetoterapie. Iași: Polirom, 2007. 582 p.
- Andrei N. Dicționar de paronime al limbii române. București: Corint, 2009. 544p.
- Dascălu D. Dicționar de pleonasmе. București: Editura Vox, 1997.
- Dicționar explicativ al limbii române. București, 1998, 1192 p.
- Dumitrescu F. Dicționar de cuvinte recente. Ediția a II-a. București, 1997.
- Grosu E. Dicționar de pleonasmе. Chișinău: Editura Epigraf, 2002.
- Guțu V. Dicționar al greșelilor de limbă. Chișinău: Editura ARC, 2001. 284 p.
- Moțet D. Enciclopedia de Kinetoterapie. Vol. 1. București: SemnE, 2009. 718 p.
- Moțet D. Enciclopedia de Kinetoterapie. Vol. 2. București: SemnE, 2010.954 p.
- Palii A. Dicționar de dificultăți și surprize ale limbii române. Chișinău: Ed. Epigraf, 2008. 248 p.
- Pitiriciu S., Topală D.V. Dicționar de abrevieri și simboluri. București: ALL Educational, 1998, 302p.

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Tehnologii informaționale					
Titularul cursului		Volcu Gheorghe					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	G.01.O.05	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (G – componenta generală)							G
Catedra	Managementul Culturii Fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedramcf@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	-	-	45	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Tehnologii informaționale” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Implementarea noilor tehnologii informaționale și de comunicare în sistemele educaționale superioare din întreaga lume, conduc la schimbarea rolului cadrelor didactice și studenților în procesul de predare-învățare-evaluare.</p> <p>Studiul disciplinei „Tehnologii informaționale” are drept scop dezvoltarea capacităților de utilizare a noilor tehnologii informaționale, aplicând metode, mijloace și resurse moderne. În rezultatul dezvoltării rapide a sistemelor informaționale și de comunicare pe piața informațională are drept rezultat alcătuirea bazelor complexe de date prin utilizarea pachetului standard de programe Microsoft Office.</p> <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum contribuie la realizarea obiectivelor, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. I, 45 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de orientare în sistemul informațional, mijloace, tehnici și principii de funcționare a acestora. 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a tehnologiilor informaționale și de comunicare moderne; • Abilități de utilizare a sistemului informațional în activitatea profesională; • Interpretarea ansamblului de concepte, noțiuni și cerințe de instalare a sistemului de operare Windows; • Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a programelor Microsoft Office; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor digitale specifice soluționării sarcinilor complexe în cadrul activității profesionale; • Utilizarea în situații reale a instrumentelor cu acțiune digitală; • Crearea de documente în domeniul comunicativ și informațional și utilizarea în situații reale a serviciilor electronice, inclusiv a Internetului 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Tehnologii informaționale (sistem informațional, TIC, software, online, nume de utilizator, parolă, editor de text, etc.); ▪ să identifice tipurile de platforme electronice utilizate în activitățile la distanță; ▪ să caracterizeze suporturile informaționale electronice; ▪ să identifice versiunile de sistem de operare Windows; ▪ să identifice principalele funcții de lucru în Word, Excel, PowerPoint și Access; ▪ să caracterizeze programele Microsoft Office. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine procedurile de lucru cu aplicații digitale; ▪ să aplice parole fișierelor și dosarelor; ▪ să realizeze operațiuni cu textul și să elaboreze tabele complexe în word; ▪ să realizeze operațiuni de lucru în Excel; ▪ să analizeze și să explice avantajele tehnologiilor informaționale; ▪ să determine cerințe și instrucțiuni de instalare a programelor utile activității profesionale; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în activitatea profesională aleasă cât și în alte activități. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura tehnologiilor informaționale; ▪ să îmbine eficient tehnologiile informaționale în activitatea profesională aleasă; ▪ să elaboreze diverse documente în format digital necesare activității profesionale; ▪ să elaboreze prezentări electronice complexe; ▪ să respecte normele etice și deontologice de utilizare a TIC și în mediul online. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			Total	Curs	Seminar	LI
			4		2	2
			8		4	4
			4		2	2
			4		2	2
			4		2	2
			4		2	2
			4		2	2
			4		2	2
			4		2	2
			8		4	4
			4		2	2
			8		4	4

	15	Aplicația Power Point	4		2	2
	16	Aplicarea graficelor și diagramelor în Power Point	4		2	2
	17	Realizarea de prezentări complexe	8		4	4
	18	Programa Publisher	6		3	3
	Total		90		45	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale tehnologiei didactice pentru predarea-învățarea disciplinei Tehnologii informaționale sunt:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Formarea de competențe specifice disciplinei. 2. Antrenarea sistematică în scopul dezvoltării competențelor de bază ale disciplinei. 3. Utilizarea metodelor active de instruire, centrate pe student. <p>Metodele utilizate în procesul de predare-învățare a disciplinei sunt: expunerea de material teoretic, lucrul la calculator (individual și/sau sub conducerea cadrului didactic), rezolvarea de probleme, lucrări practice, lucrări de laborator, elaborarea proiectelor, activități în laboratoarele de informatică, centrele de colectare, sistematizare și analiză a datelor. Întrucât în asimilarea informației comunicate sunt implicate procesele psihice de percepție, memorare și operații de gândire, pentru elaborarea sarcinilor didactice se va utiliza în special taxonomia lui Bloom, orientată spre atingerea de către persoana instruită a nivelului intelectual stabilit în standardele educaționale.</p> <p>Pentru facilitarea procesului de asimilare a cunoștințelor de către studenți, se utilizează următoarele metode: interviul, lectură ghidată, exerciții practice la calculator, probleme pentru dezvoltarea gândirii sistemice.</p> <p>La formarea componentelor afective, cadrul didactic se va conduce de taxonomia lui Krathwohl, accentul punându-se pe metodele care se bazează pe aderare, implicare, organizare. Metodele recomandate în acest context sunt studiul de caz, proiectul de cercetare, dezbaterile etc.</p> <p>Pornind de la caracterul aplicativ al disciplinei Tehnologii informaționale, se utilizează în mod amplu în procesul de predare-învățare a metodelor activ-participative. În activitățile practice accentul se pune pe realizarea cu exactitate și la timp a cerințelor sarcinilor de lucru. Realizarea proiectelor în cadrul activităților practice va urmări nu numai dezvoltarea abilităților individuale, dar și a celor de lucru în echipă.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Axarea procesului de predare-învățare-evaluare pe competențe presupune efectuarea evaluării pe parcursul întregului proces de instruire. Evaluarea continuă va fi structurată în evaluări formative și evaluări sumative (finale). Pornind de la caracterul aplicativ al disciplinei Tehnologii informaționale, evaluarea vizează mai mult aspectele ce țin de interpretarea creativă a informațiilor și capacitatea de a rezolva situațiile de problemă.</p> <p>Activitățile de evaluare sunt orientate spre motivarea studenților și obținerea unui feedback continuu, fapt ce permite corectarea operativă a procesului de învățare, stimularea autoevaluării și a evaluării reciproce, evidențierea succeselor, implementarea evaluării selective sau individuale.</p> <p>Evaluarea inițială/diagnostică, se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, etc.</p> <p>Evaluarea curentă/dinamică formativă, se efectuează prin verificări curente pe parcursul seminarelor/lucrărilor practice, deprinderi practice de lucru la computer, note pentru fișierele prezentate, studiile de caz, proiectele, lucrul individual, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină.</p> <p>Evaluarea finală/sumativă, se efectuează la sfârșitul semestrului conform planului de studii prin examen, sub forma testării practice, în scris sau oral. Pentru a</p>					

	permite o individualizare a evaluării și o motivare suplimentară a studenților, sarcinile de evaluare sunt ierarhizate pe grade de dificultate. Elaborarea itemilor pentru evaluare este realizată în contextul taxonomiei lui Bloom. Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Curteanu S. <i>EXCEL prin exemple</i>. Editura POLIROM, Iași, 2004. 2. Cristea V., Dumitru P., Giumale C. ș.a., „Dicționar de informatică”, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1981. 3. William Theobald Internet Resources for Leisure and Tourism,. – 2000. 4. Joe Kraynak „Microsoft Office XP”, Editura ALL, 2000. 5. Maria D., Microsoft Word – teorie, teste și fișe de laborator, Editura, 2001 6. Popescu C., Tudor (Huțanu) V. TIC Competențe Digitale. Volumul 2. Editura L&S Infomat, 2007. 7. Revista Romana de Informatica si Automatica, Editura Institutului de Cercetari in Informatica Bucuresti - vol. 8., nr. 3. (1998) si vol. 9., nr. 1. (1999). 8. Roșca I., Internet și Intranet, Concepte și aplicații, Editura Economică, București, 2000. 9. HOTĂRÎRE Nr. 255 din 09.03.2005, privind Strategia Națională de edificare a societății informaționale – “Moldova electronică”. 10. HOTĂRÎRE cu privire la Concepția guvernării electronice nr. 733 din 28.06.2006 Monitorul Oficial nr. 106-111/799 din 14.07.2006. 11. Legea nr. 982-XIV din 11 mai 2000 privind accesul la informație (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 88-90/664 din 28 iulie 2000). 12. Legea nr. 467-XV din 21 noiembrie 2003 cu privire la informatizare și resursele informaționale de stat (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 6-12/44 din 01 ianuarie 2004). 13. Hotărîrea Guvernului nr. 632 din 8 iunie 2004 „Despre aprobarea Politicii de edificare a societății informaționale în Republica Moldova” (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 96-99/789 din 18 iunie 2004). 14. Volcu Gh., Burlacu N. Tehnologii informaționale – componentă esențială în pregătirea specialistului de educație fizică și sport. În materialele conferinței științifice internaționale, ediția a XX-a: Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice. Chișinău 2017. 15. Volcu Gh. The need of information technologies in the trening of physicaleducation and sport specialists. 4th Central and eastern european LUMEN international scientific conference: Education, Sport, Health. Chișinău 2017. 16. Volcu Gh. Tehnologiile informaționale în pregătirea specialiștilor de educație fizică și sport. Congresul Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, ediția II. Chișinău 2017. 17. Volcu Gh. Dicționar terminologic la tehnologii informaționale (pentru studenții facultăților cu profil sportiv), Chișinău, PrintCaro, 2019. 	

Data completării: 01.09.2021

Volcu Gheorghe



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapia</i>					
Denumirea cursului		Gimnastica artistică					
Titularul cursului		Grimalschi Teodor					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 01.O.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru		120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Gimnastica		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>				
e-mail	gimnasticausefs@mail.ru		Total	C	S	L/P	LI
			120	1	-	3	40
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Gimnastica artistică” urmărește conștientizarea naturii artistice a mișcării ca o activitate de rezolvare a problemelor, bazată pe un ansamblu de cunoștințe, capacități și proceduri, dar și ca disciplină dinamică din secolul XVII – lea introducând gimnastica ca disciplină, a realizat un moment de mare cotitură în istoria kinetoterapiei, strâns legată de știința mișcărilor în aspect biomecanic, anatomic și fiziologic, comportament psihomotor. Gimnastica ca materie de studiu în sistemul de învățământ universal formează competențe de cunoaștere științifică a mecanismelor de predare – învățare a activităților fizice specifice legilor funcționalității psihofizice, psihofuncționale, caracteristicilor de calitate considerând esența științifică a mișcării, a activității fizice utilizând mijloacele gimnasticii: exerciții cu și fără obiecte, uzuale ale vieții, exerciții de dans, jocuri de mișcare, exerciții la diverse aparate de gimnastică și la aparatele sportive auxiliare, menirea de a asigura dezvoltarea aptitudinilor bio-psiho-motrice și formarea competențelor studenților de a acționa asupra acestora în vederea menținerii permanente a stării optime de sănătate, asigurării unei dezvoltări fizice armonioase și manifestării capacității motrice favorabile inserției profesionale și sociale prezente și viitoare. Procesul educațional al modelului disciplinei „Gimnastica artistică” este cercetat de student, contribuie la realizarea domeniilor de competențe cheie specifice învățământului superior obligatoriu din Europa și implicit din Republica Moldova, conduce la redefinirea modelului de predare-învățare și evaluare a unităților de competențe, după cum urmează:</p> <ul style="list-style-type: none"> Competențele/obiectivele generale ale studiului gimnasticii artistice constituie componenta esențială a statutului disciplinei, definind prin importanța majoră pe care o are în formarea/dezvoltarea studentului în domeniul cunoaștere, abilități și atitudini exprimate și argumentate de modul de acționare în anumite situații de realizare a 						

	<p>cunoștințelor în practică, conferindu-le competențe specifice valoroase și eficiente.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Competențele/obiectivele specifice ale studiului reprezintă partea de „practică” a kinetoterapiei, se suprapune parțial peste kinetologia medicală. Domeniul de cunoaștere și înțelegere al disciplinei gimnastica artistică este axat pe însușirea bazelor teoretice și metodologice de predare-învățare-evaluare, a utilizării formelor de comunicare didactică, de organizare a colectivului, a metodelor, procedeele de instruire calitativă și mijloacelor de instruire ale procesului educațional la nivelul standardelor naționale și internaționale de tehnologie didactică. <p>Conținutul didactic constituie totalitatea elementelor tehnice din care se compune procesul instructiv-educativ formând un program model de mișcări progresive pentru toate grupele de mușchi cu implicații asupra stării funcționale și psihofizice.</p> <p><i>Strategia metodologică</i> a disciplinei „Gimnastica artistică” are în vedere componența artei mișcării, care implică problemele pregătirii profesionale, planificării cunoașterii științifice a operaționalizării unităților de conținut pentru atingerea obiectivelor de exersare și producere a diferitor tipuri de sarcini instructive prin utilizarea metodelor progresive: Trainingul Pedagogic; Problematizarea; Modelarea; Algoritmizarea; Asaltul de idei și a. în planul formării competenței profesional pedagogice de specialitate în conformitate cu planul de învățământ indicat în Tabelul fișei cursului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Asigură dezvoltarea competențelor profesionale pentru activitatea didactică specifică, bazată pe o activitate cu scop aplicativ angajat în cadrul sistemului „practic” al kinetoterapiei cu obiectivul profilactic, de recuperare și recreație. ▪ Aplică tehnici de execuție a fiecărei mișcări gimnice specifice ritmului de execuție, amplitudinei, forței, vitezei, motricității, precum și mișcări în aspect igienic, estetic, curativ, corectiv și reabilitară funcțională de calitate utilizând mijloacele de refacere/recuperare în gimnastică. ▪ Creează și realizează proiecte didactice în scopul modernizării acțiunilor fizice formând cultura mișcării, prin stăpânirea resurselor energetice în baza creșterii nivelului științific în structura sistemului de sănătate fizică, psihică și funcțională a organismului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>Principiul organizator al cursului de gimnastică artistică este centrat pe competențe transversale ce reprezintă gradul cel mai elevat de integrare a curriculumului, fiind centrat pe „viața reală”. Unitățile de conținut și de competențe se integrează în jurul unor probleme de cunoaștere și aplicare a competențelor promovând valori și atitudini pozitive la studenți.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere și înțelegere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să însușească bazele teoretice și metodologice de predare-învățare-evaluare a gimnasticii ca știință și disciplină de învățământ. ▪ Să însușească și să utilizeze formele de comunicare didactică, de organizare a colectivului de studenți, metodele, procedeele de instruire calitativă și mijloacele de instruire ale procesului didactic. ▪ Să formeze cunoștințe în perfecționarea tehnicii de execuție a exercițiilor de gimnastică la nivelul standardelor internaționale. <p style="text-align: center;">La nivel de aplicare a capacităților:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să utilizeze terminologia adecvată. ▪ Să elaboreze și să realizeze proiectarea activității didactice la nivel cantitativ și calitativ în aspect energetic. ▪ Să posede aptitudini pedagogice profesionale, tehnice de execuție a exercițiilor în predarea conținutului proiectat, utilizând metode moderne de predare, procedee metodice bazate pe modernizarea conținutului. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să elaboreze, să aplice modele de activități didactice la nivel formativ-creativ

	<p>utilizând conținuturi didactice din cursurile de atletism, jocuri sportive, înot, turism, discipline medico-biologice, psihopedagogice și kinesiologice - știința mișcării.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să rezolve situații de problemă în diverse condiții de organizare a procesului instructiv-educativ. ▪ Să integreze activitățile de stimulare și ameliorare a învățământului creativ-inovativ și efectiv a funcțiilor organismului (sistemului nervos central, cardiovascular, respirator, neuromuscular, vestibular și vegetativ) baza sănătății vitale și capacității de muncă fizică și intelectuală. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs Modulul: Cunoștințe generale și speciale	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Pregătirea traumatismului la lecțiile de gimnastică	2		2	
	2.	Istoria gimnasticii	2			2
	3.	Gimnastica – obiect de studiu în sistemul pedagogic de educație fizică	4	2		2
	4.	Terminologia gimnasticii artistice ca sistem de comunicare	4	2	2	
	5.	Specificul organizării și desfășurării lecțiilor de gimnastică cu contingent divers de subiecți	8	4		4
	6.	Sistema mijloacelor de refacere/recuperare în gimnastică	4	2		2
	7.	Bazele instruirii exercițiilor de gimnastică artistică	4	2		2
	8.	Metodologia și conținutul exercițiilor de dezvoltare fizică generală.	14	2	4	8
	9.	Metodica dezvoltării calităților fizice	8	2		6
		Total cunoștințe generale și speciale	50	16	8	26
		Modulul: Calități și capacități				
	1.	Exerciții de front și formații	3		3	
	2.	Exerciții cu caracter aplicativ	3		3	
3.	Exerciții de dezvoltare fizică generală	18		10	8	
4.	Exerciții la aparatele de gimnastică	46		40	6	
	Total: Calități și capacități	70		56	14	
	Total pe semestru	120	16	64	40	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategiile de predare-învățare țin de modernizarea procesului instructiv-educativ și subliniază caracterul formativ al învățării. Abordând conținuturile, contextele și tipurile de activități didactice propuse prin metodologii specifice sunt orientate următoarele criterii:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Calitatea cunoașterii, competențelor generale și speciale ale absolvenților ciclului I. ▪ Calitatea tehnologiilor didactice centrate pe activitatea studentului. <p>Cadrul didactic utilizează metode și procedee ca: explicația, conversația, explicația pentru aprofundarea cunoștințelor și sistematizarea lor, conversație de verificare a cunoștințelor; demonstrația, exercițiul prin acțiune practică prin repetări standard în regim de efort diferențiat, în dependență de starea organismului și particularitățile funcționale individuale ale studenților: progresiv cu repetare, mărire a efortului fizic și scădere, antrenament circuit de rezistență.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Strategiile de evaluare a nivelului de pregătire profesională se prezintă sub formă de modele de verificare a rezultatelor obținute, capabile să pună în evidență performanțele atinse de către student în baza unor teste și itemi la testare a competențelor inițiale, formative și sumare în funcție de conținutul tematic (teoretic, metodic și practic). Criteriile specifice de măsurare apreciere calitativă și luare a</p>					

	<p>deciziei de a nota se raportează la obiectivele operaționale, prin intermediul testelor de cunoștințe – evaluarea pregătirii teoretice generale și speciale; evaluarea prin teste docimologice, teste de competențe – un set de probe teoretice și practice.</p> <p>Se evaluează calități și capacități în vederea pregătirii profesionale pedagogice, inclusiv pregătirea tehnică la execuția elementelor separate și integrate în formă de examen la aparatele de gimnastică. Ca evaluare a atitudinii studentul prezintă portofoliul cu temele studiate în activitate independentă.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea formativă (curentă) EC	60%
	Nota pentru evaluarea la examen EF	40%
Sistem de referință	Puncte – scala de apreciere a sarcinilor didactice	
Referințe bibliografice	<p>1. Gimnastică. Pentru facultatea de educație fizică și sport. Coord. T. Grimalschi T., E. Filipenco, P. Tolmaciou. Chișinău: Lumina, 1993, 344p.</p> <p>2. Didactica gimnasticii. Manual. Vol.I. Teorie și metodologie. T. Grimalschi, E. Filipenco. Chișinău: USEFS, 2013, 386p.</p> <p>3. Gimnastica artistică. Teorie și metodologie. Coord. T. Grimalschi. Chișinău: Foxtrot, 2016, 250p.</p> <p>4. Гимнастика и методика преподавания. Учебник для институтов физической культуры. Под ред. В.М. Смоленского. Москва: Физкультура и спорт, 1987, 336с.</p>	

Data completării: 01.09.2021
 Buftea

Teodor Grimalschi, Victor



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Jocuri Sportive					
Titularul cursului		Sîrghi Serghei, Conohova Tatiana, Bragarenco Nicolae, Verejan Ruslan					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.01.O.07	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		120	Studiu individual	60	Total ore pe semestru		180
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedratmj@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			180	16	-	104	60
Nota de prezentare	<p>Curriculum universitar la disciplina „Jocuri sportive” are menirea să-și aducă aportul la completarea studiilor liceale, finalitate prevăzută de Legea învățământului. Conținutul este axat pe traseul particular de învățare individuală or de grup, care corespund activității practice la ciclul I academic și trebuie să asigure acumularea cunoștințelor de cercetare și inovare care sunt alcătuite din cerințele de cunoaștere, aplicare și integrare ce în cele de urmă duc la perfecționarea cunoștințelor apoi la aplicarea noi și integrării curente, care în mod organic perfectează lanțul spiralic accesoriu al obiectului.</p> <p>Jocuri sportive sunt accesibile și spectaculoase, se bucură de o largă popularitate în rândul tineretului de pretutindeni, iată de ce ele au fost și rămân un compartiment de bază în pregătirea profesională a specialiștilor din domeniu.</p> <p>Principalele sarcini ale cursului sunt acumularea de către studenți a cunoștințelor teoretico-metodice a acestor jocuri sportive și formarea deprinderilor profesionale necesare.</p> <p>În afară de aceasta, programa presupune și acumularea cunoștințelor regulamentelor la diferite probe sportive cu referire la practicarea lor cât la nivelul de începătorilor, atât și la nivelul performanță.</p> <p>Lucrul instructiv-educativ a cursului de jocuri sportive se organizează sub forma de prelegeri, lecții metodico-practice și lucrul individual.</p>						
	Competențe profesionale:						
	<ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea cunoștințelor teoretico-practice în organizarea planurilor, proiectelor didactice pentru antrenamente în cadrul secțiilor și echipelor cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea metodelor specifice, mijloacelor, aspectelor specifice de dirijarea și coordonare în domeniul jocurilor sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză a sistemelor de pregătire tehnică la 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>„jocuri sportive”;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea unor antrenamente bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul jocurilor sportive; • Desfășurarea procesului instructiv – educativ în corespundere cu specialitatea, posedând înalte calități morale și etice; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul antrenamentului sportiv al jucătorilor în corespundere cu nivelul pregătirii sportive; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probei; <p>Autoevaluarea obiectivă a posibilităților necesare pentru formarea profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele nivelului dezvoltării jocului dat în lume.</p>											
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să definească noțiunile principale ale disciplinei de jocuri sportive (tehnica, pregătirea metodică, procesul de instruire, acțiunile specifice); • să identifice metodele pedagogice și ale antrenamentului sportiv aplicate în procesul de însușire ale jocurilor sportive; • să caracterizeze mijloacele inovaționale care pot fi aplicate în procesul de antrenament sportiv; • să identifice etapele de organizare și desfășurare a procesului de antrenamente sportive cu scopul îmbunătățirii pregătirii tehnice ale jucătorilor; • să identifice aspectele specifice ale pregătirii tehnice a jucătorilor în ramura sportivă aleasă; • să caracterizeze procesul de pregătire tehnică a sportivilor de diferite vârste. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine procedeele tehnice din proba sportivă aleasă; • să elaboreze un plan de pregătire a unui jucător din proba aleasă ; • să analizeze și să explice pregătirea tehnică a sportivului; • să determine metodică însușirii a elementelor tehnice principale din jocuri sportive; • să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în timpul desfășurării antrenamentelor sportive cu jucători și echipe de diferite vârste. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să explice esența și structura tehnicii jocului sportiv; • să îmbine cunoștințele teoretice cu cele practice în procesul de pregătire tehnică; • să elaboreze obiective concrete pentru pregătirea tehnică a sportivului ce practică jocuri sportive; • să respecte particularitățile acestui gen de sport. 											
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>					<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>L/P</p>	<p>LI</p>
<p>1</p>	<p>1</p>	<p>Noțiuni generale despre conținutul jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)</p>	<p>28</p>	<p>16</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>12</p>					
<p>2</p>	<p>2</p>	<p>Sistematizarea acțiunilor tehnice ale jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)</p>	<p>38</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>26</p>	<p>12</p>					
<p>3</p>	<p>3</p>	<p>Determinarea și analiza a acțiunilor tactice în atac și apărare la jocul de (volei, baschet, fotbal, handbal).</p>	<p>38</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>26</p>	<p>12</p>					
<p>4</p>	<p>4</p>	<p>Noțiuni din regulamentul ale jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)</p>	<p>38</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>26</p>	<p>12</p>					
<p>5</p>	<p>5</p>	<p>Analiza practico-metodică a însușirii jocului de (volei, baschet, fotbal, handbal)</p>	<p>38</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>26</p>	<p>12</p>					

	Total	180	16	-	104	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: <i>expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</i></p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>patru lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Alexandru Acsinte, Eftene Alexandru. Handbal de la inițiere la marea performanță. Bacău. Editura Media, 2000, 176 p. Badea Dan. Rugby. Fundamente teoretice și metodice. FEST. București, 2001, 124 p. Ciorbă C. Baschet – Îndrumar practico-metodic. Ed. Cultura, 2001, 290 p. Conohova Tatiana. Alexandru Păcuraru. Volei – Volei. Teorie și Metodică. Editura Fundației Universitare „Dunărea de Jos”. Galați, 2014. 375 p. Hristache Naum. Handbal de la A la Z. București: Editura Sport-Turism, 1986, 205 p. Miu, Ș. Fotbal specializare. București: Editura Fundației Române de Mâne, 2001. 176 p. ISBN 973-582-335-7 . Păcuraru A., ”Volei. Tehnica și tactica”. Editura fundației universitare ”Dunărea 					

	<p>de jos”, Galați, 2002, 183p. ISBN 973-627-004-1</p> <p>8. Sîrghi, S., Balint, Gh. Bazele teoretico-metodice ale jocului de fotbal. Ghid metodic. Chișinău: Valinex, 2018, 202 p. ISBN 978-9975-68349-4.</p> <p>9. Vasile Constantin. Rugby. Tehnică și Tactică. FEST. București, 2003, 150 p. Под.ред. Ф.В.Беляева, М.В.Савина, «ВОЛЕЙБОЛ», ФиС, Москва, 2006, 358 с., ISBN 5-278-00741-9</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021
Serghei

Sîrghi

ANUL I, SEMESTRUL II

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Splanhnologia și morfologia sportivă					
Titularul cursului		Moroșan Ion, Deleu Inga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.02.O.08	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F–componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15		45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Splanhnologia” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale disciplinei respective presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei capabili de a utiliza cunoștințele despre topografia și morfologia organelor interne în activitatea practică din domeniul medicinei de recuperare; • obiectivele cadru ale acestei discipline prevăd formarea competențelor teoretice privind topografia și morfologia organelor interne, legitățile de creștere și dezvoltare a organismului uman și adaptarea lui la eforturile fizice; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, urmăresc pregătirea teoretică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional, cunoscând particularitățile morfologice ale organismului uman, amplasarea și structura organelor interne; • În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi. <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea</p>						

	<p>atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper temeinic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea și utilizarea corectă a limbajului anatomic; • Cunoașterea particularităților de amplasare, structură, dezvoltare și funcționare a organelor interne; • Utilizarea metodologiilor de analiză a particularităților topografice și morfologice ale principalelor sisteme de organe și a relațiilor reciproce cu alte organe; • Identificarea formațiunilor anatomice normale pe viu; • Cunoașterea proiectării organelor interne pe viu; • Aplicarea cunoștințelor din Splanhnologie în practica kinetoterapeutică; • Asigurarea creării unei viziuni clare privind topografia și morfologia organelor interne, precum și a modificărilor ce intervin în organism sub influența eforturilor fizice sistematice etc. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice domeniului de studiu (cunoștințele despre viscere, cavitățile corpului și starea morfofuncțională a principalelor sisteme de organe) în raport cu aspectele ce țin de sedentarism și rolul mișcărilor în perfecționarea morfologică și funcțională a organismului; • Aplicarea procedurilor specifice kinetoterapiei în corespundere cu specificul morfofuncțional al organismului; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a cunoștințelor specifice splanhnologiei, în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii; • Prezentarea proiectelor științifice individuale, a referatelor științifice; • Selectarea materialelor digitale, analiza critică și formularea unor opinii proprii etc.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile de bază ale disciplinei "Splanhnologie" ; ▪ să specifice morfologia funcțională a principalelor sisteme de organe; ▪ să caracterizeze elementele structurale ale principalelor sisteme de organe și particularitățile lor la sportivi; ▪ să caracterizeze principalele legături de creștere și dezvoltare ale organismului uman; ▪ să identifice elementele constituante ale diverselor sisteme de organe; ▪ să caracterizeze particularitățile amplasării viscerelor în cavitățile corpului. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze metodele de cercetare științifică din morfologia sportivă; ▪ să înțeleagă principiile de aplicare și transfer a cunoștințelor teoretice în practică; ▪ să evalueze locul și rolul anatomiei omului în pregătirea studentului-kinetoterapeut; ▪ să fie capabil să implementeze cunoștințele acumulate în activitatea de cercetare științifică; ▪ să analizeze și să explice semnele de adaptare ale unor organe interne la efortul fizic; ▪ să fie capabil să determine indicatorii integrali și particulari ai vârstei biologice; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice morfologia funcțională a principalelor sisteme de organe; ▪ să îmbine topografia organelor interne cu particularitățile structurale ale organelor din cavitățile corpului; ▪ să fie capabil să implementeze tehnologiile informaționale în studierea Splanhnologiei;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să posede competențe de analiză și sinteză a informației științifice studiate; ▪ să formuleze opinii proprii referitor la materia studiată etc. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	l/lab.	LI
	1	Introducere în disciplină	18	2	8	8
	2	Sistemul cardiovascular	18	2	8	8
	3	Sistemul nervos central	21	3	8	10
	4	Sistemul nervos periferic	12	2	2	8
	5	Glandele endocrine	13	2	3	8
	6	Morfologia vârștelor și constituțională	15	2	4	9
	7	Bazele morfologiei sportive	23	2	12	9
	Total		120	15	45	60
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lucrările de laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt: prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lectorul utilizează expunerea orală, conversația, demonstrația, completate cu elemente noi: dialogul, demonstrarea grafică și, în caz de necesitate, cu ajutorul mijloacelor audio-vizuale, experimentul etc. În cadrul cursului se organizează prezentări în programul PowerPoint, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p> <p>Lucrările de laborator, de asemenea, au mai multe forme, fiind folosite explicarea noțiunilor anatomice prin utilizarea planșelor, atlasului, mulajelor, preparatelor anatomice.</p> <p>Metode de lucru: dezbateri, observarea, demonstrarea, învățarea prin cercetare și descoperire, folosirea aparatelor antropometrice, studiul individual ori în echipă, expunerea; brainstorming-ul; conversația euristică și dezbateri; lucrul în grup; lucrul cu manualul, textul științific și atlasul de anatomie; rezolvarea problemelor de situație; ascultarea interactivă.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul lucrărilor de laborator, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Baci Gh. S. Anatomia și morfologia sportivă. Chișinău, 1993. 283 p.</p> <p>2. Baci Gh. S. Bazele morfologiei de vârstă și adaptării sportive (material didactic). Chișinău, 1987, 76 pag.</p> <p>3. Baci Gh. S. Anatomia organelor interne (indicații metodice). Chișinău, 1987, 44 pag.</p> <p>4. Baci Gh. S. Anatomia sistemului nervos (indicații metodice), Chișinău, 1988, 38 pag.</p> <p>5. Ștefăneț M. Anatomia omului. Volumul 2. Centrul editorila Poligrafic ”Medicina”. 2008. 522 p.</p> <p>6. Papilian V. Anatomia umană. <i>Splanhnologia</i>. Ediția XII. Editura ALLL. 2014, 364 p.</p> <p>7. Catereniuc I., Lupașcu T., Batîr D., Bendelic A. et al. Vol. II. Sistemul nervos central. Splanhnologie (culegere de cursuri). Ch.: Tipografia Sirius SRL, 2015 6.</p> <p>8. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. III. Sistemele cardiovascular, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale (culegere de cursuri). Ch.: Tipografia Sirius SRL, 2015.</p> <p>9. Catereniuc I., Lupașcu T., Tașnic M. et al. Culegere de scheme la anatomia omului / Сборник схем по анатомии человека / Collection of schemes for human anatomy. Ed. a V-a (revăzută și completată). Ch.: Tipografia Sirius SRL, 2012, 2014</p>	

Data completării: 01.09.2021

Moroșan Ion

Deleu Inga



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Teoria și metodică culturii fizice					
Titularul cursului		Gheorghe Branîște, dr., conf.univ.					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F 02O.09	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S–de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Bazele teoretice ale culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra_btcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		75	45	30	-	-	
Nota de prezentare	<p>Ca disciplină instructivă TMCF se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil special, care asigură pregătirea multilaterală a studenților Facultății de Kinetoterapie cu cunoștințe teoretico-metodice și deprinderi practice pentru activitatea profesională ulterioară. Însușirea acestui obiect va contribui la formarea unor cunoștințe de specialitate ce țin de cunoașterea principiilor și metodicii de organizare și desfășurare a activităților de cultura fizică și de recuperare, stimularea gândirii creatoare a studenților etc. Toate acestea în ansamblu îi va permite viitorului specialist în domeniul să îmbine Cultura fizică de recuperare cu celelalte laturi ale educației generale și ale altor domenii tangențiale acestea să generalizeze experiența specialiștilor novatori, să însușească conceptele teoretico-științifice ale culturii fizice, să elaboreze noi căi de perfecționare a procesului instructiv-educativ-recuperator, să aplice în practică cele mai eficiente mijloace, metode și forme de practicare a exercițiilor fizice cu persoane cu diferite necesități speciale.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale: Competențele specifice specialistului din domeniul reabilitării cu specializarea kinetoterapie ocupațională pe care trebuie să le dovedească în procesul de predare-învățare-evaluare și care vor fi dezvoltate pe tot parcursul activității profesionale, sunt:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analizarea conținuturilor științifice ale disciplinei Teoria și metodică culturii fizice; • Utilizarea și interpretarea informației provenite din teoria și metodică disciplinei; • Utilizarea adecvată a terminologiei și conceptelor din domeniul teoriei și metodicii culturii fizice; 						

	<ul style="list-style-type: none"> • Înțelegerea principiilor specifice teoriei activităților motrice; • Formarea unor concepte și valori fundamentale privind efortul fizic și influența anatomo-fiziologică a acestuia asupra organismului uman. • Dezvoltarea calităților motrice de bază, funcționale, aplicative, volitive și estetice prin intermediul practicării sistematice a unor activități de cultură fizică; • Construirea unor demersuri didactice interactive prin adecvarea strategiilor la conținuturi; • Utilizarea competentă a documentelor reglatoare ce asigură organizarea diferitor forme de competiții în cadrul diferitor activități; • Proiectarea conținuturilor instruirii, organizarea corespunzătoare a activităților didactice și realizarea evaluării competențelor dobândite de elevi; • Adecvarea demersurilor didactice la particularitățile de vârstă, sex, și nivel de pregătire ale diferitor contingente de subiecți la condițiile materiale; • Construirea unui climat educativ interactiv, de cooperare, stimulat, cu scopul creșterii eficienței rezultatelor activităților didactice; • Înțelegerea aspectelor de ordin legislativ ale activității sale, drepturile legale ale elevilor și părinților, propriile sale drepturi și responsabilități; • Cunoașterea criteriilor de evaluare a activității sale și integrarea acestora în conceperea și realizarea activității didactice. • Formarea calităților de personalitate, a comportamentului civilizat, a deprinderilor comunicative și de interacțiune socială. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competențele-cheie stipulate în curriculum răspund concepției dezvoltării sistemului de învățământ obligatoriu la nivel național și internațional. Asigură studenților cunoștințe, capacități și atitudini cuprinse în standardele europene. Ariile curriculare cuprinse în planul-cadru de învățământ cuprinde domenii de competențe-cheie stabilite la nivel european, respectiv: • Competențe de predare-învățare-evaluare. • Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat și de comunicare într-o limbă străină. • Competențe de bază în educație fizică, sport și recreație. • Competențe acțional-strategice de aplicare a tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) în domeniul culturii fizice. • Competențe interpersonale, civile, morale . • Competențe de autocunoaștere și autorealizare. • 7 Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) specifice fenomenului culturii fizice.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Finalități de studii. La finele acestui curs studenții vor fi capabili:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască problemele actuale ale teoriei și metodologiei culturii fizice ca știință și obiect de studiu și educației pentru sănătate; - să caracterizeze educația fizică ca fenomen social și componentă a procesului educațional în instituțiile preuniversitare; - să definească noțiunile principale ale teoriei și metodicii culturii fizice; - să cunoască și să respecte principiile și stemului de cultură fizică în cadrul activităților de educație fizică și sport, recreare și recuperare; - să posede metodologia de operaționalizare a obiectivelor curriculare în cadrul activităților de educație fizică, recreare sport și recuperare; - să aplice mijloacele culturii fizice în diverse activități desfășurate cu diferite categorii de subiecți în scopuri instructive, sportive, de asanare și de recuperare; - să opereze cu metodele de instruire în cadrul procesului de formarea sistemului de cunoștințe teoretice, priceperilor și deprinderilor motrice, dezvoltării calităților motrice; - să cunoască particularitățile anatomo-fiziologice, psihice și motrice de

	<p>dezvoltare a populației de diferite vârste;</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască formele de organizare și desfășurare a activităților de educație fizică, sport, recreare și recuperare cu diferite contingente de subiecți din diverse instituții specializate; - să asimileze metodologia de proiectarea activității de cultură fizică în general și acelor de recuperare în special la toate nivelurile; - să cunoască și evalueze factorii ce determină indicii stării de sănătate a subiecților procesului; - să ducă evidență asupra stării de sănătate și comportamentului subiecților în procesul de organizare și desfășurare a activităților de educație fizică, sport, recreare și recuperare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Curs 45	Seminar 30	Lecții practice/ de laborator	Lucrul individual
	1	<i>Teoria și metodică cultura fizice-știință și obiect de studiu.</i>	2	2		4
	1.1	Cultura fizică – componentă a culturii generale.	2	2		4
	1.2	Cultura fizică – sistem social.	2	2		4
	1.3	Mijloacele de formare a culturii fizice a personalității.	4	2		6
	1.4	Principiile metodice specifice procesului de practicarea exercițiilor fizice.	2	2		4
	2	<i>Metodele de formare a culturii fizice a personalității.</i>	4	2		6
	2.1	Bazele teoretico-metodice ale învățării și instruirii în procesul de EF. Învățarea acțiunilor motrice.	4	2		6
	2.2	Teoria și metodică dezvoltării calităților motrice.	6	2		8
	3	<i>Cultura fizică a diferitor contingente de vârstă.</i>	6	2		8
	3.1	Teoria și metodologia sportului.	4	2		6
	3.2	Cultura fizică de recreare și reabilitare	3	2		5
	4	<i>Cultura fizică adaptivă.</i>	2	2		4
	4.1	Tehnologii moderne de instruire în Domeniul culturii fizice.	2	2		4
	4.2	Evidența și evaluarea în domeniul activității motrice.	2	2		4
	5	<i>Lecție de totalizare, generalizare și sinteză</i>	2	2		4
Total Ore		75	45	30	75	
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale de predare-învățare sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p style="text-align: center;">Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât</p>					

	<p>în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la lecții practice</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. Editura didactică și pedagogică. R.A.București, 1999. - 283 p. 2. Dragnea A. Teoria educației fizice și sportului. Editura Cartea Școlii, București, 2000. -241 p. 3. Carp I. Noțiuni de bază ale educației fizice și sportului. Chișinău, I.N.E.F.S., 2000. – 31 p. 4. Cîrstea Gh., Educația fizică - fundamente teoretice și metodice. Casa de editură Petru Maior,București, 1999. 5. Matveev L.P., Novicov A.D. Teoria și metodică educației fizice. Editura Sport-Turism,București, 1980. 6. Круцевич Т.Ю. Теория и методика физического воспитания. Учебник для высш. Учеб.зав. ФВ и С. В 2-х томах. Издательство «Олимпийская литература», 2003. 7. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры. - 3-е изд., перераб. и доп. – М.: Физкультура и спорт , СпортАкадемПресс,2008.-544 с. 8. Максименко АМ Теория и методика физической культуры: Учеб.для вузов физической культуры /- 2-е изд. Испр. и доп . - М.: Физическая культура,2009. – 496 с. 	



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapia ocupațională</i>					
Denumireacursului		Pedagogia generală					
Titularulcursului		Goncearuc Sv. Putin N.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 02O.10	Anul	I	Semestrul	II
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F–componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Modernizarea curriculum-ului la disciplina <i>Pedagogie generală</i> este imperativ iminent de actualizarea standardelor în educație și de schimbările care au apărut odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor și implicațiilor politice în domeniul educației istorice produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculum-ului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p> <p>Disciplina <i>Pedagogie generală</i> își aduce aportul la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie pedagogice, calitățile viitorului specialist din domeniul <i>Kinetoterapie și terapia ocupațională</i>. Astfel se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația pedagogică are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, pedagogia generală are menirea de a forma un specialist cu vederi gnosiologice moderne, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față impactelor societății contemporane.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea fundamentelor teoretice și metodologice ale științelor educației; • Producerea noilor cunoștințe în cadrul științelor educației; • Proiectarea, aplicarea și transferul strategiilor didactice; • Evaluarea critică a fenomenelor, proceselor și a rezultatelor în cadrul 						

Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	educațional. <ul style="list-style-type: none"> • Comunicarea eficientă interpersonală și didactică; • Asumarea de responsabilități sociale și profesionale. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea și interpretarea problemelor din domeniul educațional; • Proiectarea și realizarea cercetărilor aplicative în domeniul educațional; • Implementarea rezultatelor investigaționale în practica educațională. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să cunoască fundamentele Științelor Educației; • Să identifice problemele și tendințele dezvoltării Pedagogiei Generale; • Să identifice aspectul funcțional al reperelor teoretice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să analizeze și să generalizeze abordările, fenomenele, procesele, experiențele unui demers educativ; • Să compare diverse strategii educaționale; • Să stabilească conexiunea funcțională dintre contextul didactic și particularitățile demersului educativ; • Să proiecteze produse curriculare orientate la Educația centrată pe elev. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să proiecteze și să aplice strategii didactice conform finalităților; • Să proiecteze și să realizeze investigații aplicative privind problematica educativă; • Să comunice eficient la nivel interpersonal și nivel comunitar; • Să implimenteze un management eficient al procesului didactic. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Pedagogia - știință a educației	6	2	1	3
	2	Cercetarea în pedagogie.	6	2	1	3
	3	Educația – obiect de studiu al pedagogiei	6	2	1	3
	4	Finalitățile educației	6	2	1	3
	5	Conținuturile generale ale educației	6	2	1	3
	6	Educația și provocările lumii contemporane. Noile educației	6	2	1	3
	7	Sistemul de autoreglare a fenomenului educațional. Legități și principii ale educației	6	2	1	3
	8	Organizarea și realizarea procesului educațional. Tehnologia și metodologia didactică.	6	2	1	3
	9	Mijloacele didactice	6	2	1	3
	10	Proiectarea procesului educațional.	6	2	1	3
	11	Evaluarea în învățământ	6	2	1	3
	12	Personalitatea profesorului. Comunicarea didactică. Stilurile pedagogice	6	2	1	3
	13	Teoriile psihologice ale învățării	6	2	1	3
	14	Sistemul de învățământ	6	2	1	3
	15	Fundamentele managementului școlar.	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale pedagogiei în ndinamica evoluției ei. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice. Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din						

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> - elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut didactic referitor la un fenomen cultural dintr-o perioadă de evoluție; - organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese educaționale, inclusiv cu caracter controversat, din diferite etape de dezvoltare; - elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse bibliografice și prezentarea lor publică; - organizarea conferințelor științifice privind anumite tematici ce vizează procesul educațional racordat disciplina studiată; - elaborarea și publicarea unor articole privind valorile didacticii naționale și universale; - elaborarea unor miniproiecte privind ocrotirea și valorificarea moștenirii culturale naționale raportată la evoluția managementului educațional; - organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din didactica modernă; 	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului prin prisma dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de studiere. Se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe capacități și atitudini. Achiziția vizate în mod special în cadrul procesului de evaluare vor fi:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cu potențial educativ ridicat și abordarea diferitor puncte de vedere privind problematica pedagogiei generale; - performanțele atinse de către toți studenții atât trunchiului comun, cât și la nivelul extinderii. <p>Se va accentua evaluarea unor capacități cu grad ridicat de complexitate:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să elaboreze programe, proiecte de activitate profesională și să realizeze eficient predare, educația, evaluarea, etc. - să elaboreze și să aplice tehnologiile educaționale și informaționale moderne. - să realizeze cercetări științifice aplicative - să aplice cunoștințele acumulate în activitatea extradidactică și extrașcolară - să evalueze și să monitorizeze procesul și rezultatul activității profesionale, etc. <p>Comportamentele și atitudinile determinate de interiorizarea valorilor general-umane sociale și culturale pentru învățământul universitar sunt recomandate și metode alternative de evaluare ca:</p> <ul style="list-style-type: none"> - observarea sistematică a comportamentului studenților, efectuarea conform unor criterii din timp stabilite și planificate prin trei modalități: fișa de evaluare a studentului, scara de clasificare, lista de control; proiectul de cercetare care poate evalua cunoștințe, capacități și atitudini prin diferite tipuri de activitate: orale, scrise, joc de rol, model, etc.; - portofelul didactic, care este un instrument de evaluare complex și care include în sine rezultatele obținute prin celelalte metode; - evaluări sub formă de discuții orale, libere pe baze unei tematici stabilite; - autoevaluarea - autocontrol și autoapreciere posibilă prin diferite forme chestionare, scări de clasificare, etc. 	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bocoș Mușata, Didactica disciplinelor pedagogice, un cadru constructiv, ed. a III-a Pitești 2008. 2. Bolboceanu A., Cunoașterea elevului, consiliere și orientare. MET, Chișinău 2007. 3. Bontaș Ioan, Pedagogie, ed. București: ALL, 2006. 	

4. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2009.
5. Bulzan C., Ciobanu M. I., Ilie R. L., Ghid de practică pedagogică. București Editura Didactică și Pedagogică, 2009.
6. Cerghit I., Metode de învățământ, Polirom, ed. a IV-a, Polirom 2006.
7. Cojocaru V., Reforma învățământului, obiective, orientări, direcții, Chișinău, 2005.
8. Corlateanu T., Cosovan O., Goraș-Postică V., Forme de competențe prin strategii didactice interactive, Chișinău 2008.
9. Cristea S., Fundamentele pedagogiei, Polirom, 2010.
10. Cucuș C., Pedagogie, Iași, 2009.
11. Educația centrată pe cel ce învață, Ghid metodologic, Chișinău, 2009.
12. Gonțearuc S., Formarea competenței didactice în procesul stagiului de practică psihopedagogică, În: Teoria și arta educației fizice în școală, nr. 3, Ch., 2011.
13. Gonțearuc S. Strategii de învățare academic independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studențești ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46
14. Gonțearuc S., Leșcu Ar. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.
15. Gonțearuc S., Șaragov N. Comportamentul prosocial al studenților prin mijloacele educației fizice și sportului. În: Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția III-a 13-15 septembrie 2018, Chișinău, USEFS
16. Gonțearuc S. Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației incluzive, În: Materialele Conferinței științifico-practică internațională Educația Incluzivă: Dimensiuni, Provocări, Soluții. Eduția a IV-a din 19.10.2018, US „Aleco Russo” din Bălți.
17. Gornostal V., Gonțearuc S., Cijic Ș. Motivarea pentru practicarea sportului a elevilor cu profil de arte din treapta gimnazială. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studențești „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XXII-a, 11 aprilie 2019, Chișinău, USEFS, ISBN 978-99131-75-9, p.3-8.
18. Guțu Vladimir, Cadru de referință a Curriculum-ului național, ed. Știința, Chișinău 2007.
19. Iucu Romiți B., Managementul clasei de elevi, aplicații pentru gestionarea situațiilor de criză educațională, Polirom 2006.
20. Jinga I., Istrate E., Manual de pedagogie, ediția a II-a, București: ALL, 2008.
21. Lupuleac V., Gonțearuc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare” Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.
22. Manual de pedagogie, coor. Jinga I., Istrate E., ed. a II-a, București
23. Mîndîcanu V., Etica pedagogică, Chișinău 2009.
24. Negreț-Dodridor I., Teoria generală a curriculumului educațional, Polirom 2008.
25. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, ed. III-a, ARAMIS, 2003.
26. Pânișoară Ion-Ovidiu, Profesorul de succes. 59 de principii de pedagogie practică. Polirom Iași 2009.
27. Pedagogie, suport de curs, coor. Otilia Dandara, Chișinău, 2010.
28. Potolea Dan, Neacșu Ioan, Iucu Romiță B., Pânișoară Ion-Ovidiu, Pregătirea psihopedagogică, manual pentru definitivat și gradul didactic II, Polirom 2008.
29. Voiculescu F., Analizare surse – nevoi și managementul strategic în învățământ, ed. XXI, editura Aramis.

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Bazele generale ale kinetoterapiei					
Titularul cursului		Zavalisca Aurica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.02.O.11	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	45	45	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Bazele generale ale kinetoterapiei.” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Modernizarea disciplinei Bazele Generale ale Kinetoterapiei este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor produse în ultimii ani.</p> <p>Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiective cadru ale programului de studiu ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în reabilitarea medicală, care va asigura buna desfășurare a formelor kinetoterapiei; - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. - Întru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective: - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale kinetoterapiei; - implicarea kinetoterapiei în tratamentul complex, pornind de la faptul că tehnicile kinetoterapeutice în acest domeniu abordează unele metode care presupun akinezia, imobilizarea sau repausul; - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare; - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a bolnavilor cu diferite afecțiuni; - determinarea diagnosticului clinic pentru stabilirea scopului și sarcinilor programului de recuperare; - evaluare corectă a evoluției pacientului; - elaborarea unui program de recuperare și formarea deprinderilor practice de reabilitare 						

	a elevilor cu afecțiuni ale aparatului locomotor.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre evaluare și recuperare. - Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. - Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera reabilitării. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Bazele Generale ale Kinetoterapiei; - particularitățile kinetoterapiei ca metodă de tratament; - efectele efortului fizic asupra sistemelor cardiovascular, respirator, digestiv; - efectele antrenamentului fizic asupra aparatului locomotor; - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni ale aparatului locomotor; 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Bazele Generale ale Kinetoterapiei; - particularitățile kinetoterapiei ca metodă de tratament; - efectele efortului fizic asupra sistemelor cardiovascular, respirator, digestiv; - efectele antrenamentului fizic asupra aparatului locomotor; - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni ale aparatului locomotor; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de aplicare a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - perceperea efectelor efortului fizic asupra aparatului locomotor ; - formarea abilităților de evaluare a capacității la efort și a performanței căpătate; - formarea deprinderilor de elaborare a unui program kinetic corect de lucru. - să aplice mijloacele și formele de lucru ale kinetoterapiei; <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să realizeze diverse etape ale recuperării conform regimului locomotor; - să realizeze obiective privind recuperarea pacienților cu diverse afecțiuni; - responsabilitate în decizii și acțiuni; - vor dezvolta capacității de aplicare a tratamentului diferențiat în funcție de natura patologiei. 					
			Numărul de ore			
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere în Kinetoterapie	8	2	2	4
	2	Particularitățile și pincipiile kinetoterapiei ca metodă de tratament	16	4	4	8
	3	Reabilitarea medicală complexă	16	4	4	8
	4	Mijloacele principale de lucru folosite în kinetoterapie.	8	2	2	4
	5	Mijloacele specifice de lucru folosite în kinetoterapie.	8	2	2	4
	6	Formele și metodele de lucru în kinetoterapie.	8	2	2	4
	7	Lecția de educație fizică în grupa medicală specială în școală.	8	2	2	4
	8	Evaluarea intermediară	4	-	2	2
	9	Bazele anatomo-fiziologice ale mișcării.	16	4	4	8

Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	10	Exercițiul fizic terapeutic. Noțiune de bază și structura ex. Fizic.	8	2	2	4
	11	Exercițiul fizic terapeutic, poziții de bază și derivatele acestuia	16	4	4	8
	12	Acțiunea fiziologică a exercițiului fizic terapeutic.	16	4	4	8
	13	Efectele induse de exercițiile fizice statice și dinamice.	8	2	2	4
	14	Efectele induse de posturări.	8	2	2	4
	15	Metode de evaluare funcțională a aparatului locomotor și a forței musculare.	8	2	2	4
	16	Evaluarea antropometrică	8	2	2	4
	17	Evaluarea somatoscopică	8	2	2	4
	18	Evaluarea ADL	4	1	1	2
	19	Evaluarea finală	4	-	2	2
		Total	180	45	45	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	

<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zavalîșca A., Gimnastica medicală, Chișinău, editura Pontus 2016, 340 p. 2. Kiss J. Fiziokinetoterapia și recuperarea medicală. București: Editura Medicală, 2012, 285 p. 3. Marcu V. și a. Perspective în abordarea practicării exercițiilor fizice de către elevii „scutiți”. București, 2001, 238 p. 4. Marcu V., Dan M. Kinetoterapie. Oradea: Editura Universității din Oradea, 2006. 226 p. 5. Marcu V., Filimon L. Psihopedagogie pentru formarea profesorilor. Oradea: Editura Universității din Oradea, 2003. 354 p. 6. Mîrza D. Ameliorarea actului recuperator kinetoterapeutic prin implicarea factorilor de personalitate și aplicarea legităților psihologice ale relațiilor terapeut-pacient. Iași: Editura Tehnopress, 2005. 353 p. 7. Mîrza D. Bazele teoretico-metodice ale exercițiului fizic. Note de curs. Bacău: Editura Plumb, 2007. 303 p. 8. Mîrza D. Kinetoprofilaxia primară Iași: Editura Tehnopress, 2005. 138 p. 9. Moșet D. Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii. București: Editura Humanitas, 2001. 207 p. 10. Nestbrook D., Kennerley H., Kirk J. Introducere în terapia cognitiv - comportamentală. Iași: Polirom, 2010. 448 p. 11. Nilson J. Terapie centrată pe copil. Iași: Polirom 2011. 230 p. 12. Sava P. Ghid de implimentare al curriculumului modernizat pentru treapta liceală. Chișinău: Editura Cartier SRL, 2012. 13. Sidenco E.-L. Coloana Vertebrală și membrele inferioare. București Editura fundației Romînia de mîine, 2003. 196 p. 14. Todea S. F. Exercițiul fizic în educația fizică, sport și kinetoterapie. București: Editura Fundației Romînia de mîine, 2009. 280 p.
---------------------------------------	--

Data completării: 01.09.2021

Zavalîșca Aurica

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Limba franceză II					
Titularul cursului		Brega Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 02 O. 12	Anul	I	Semestrul	II
Nr.credite	6	Limba de instruire	Franceză	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G–componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ					
e-mail	catedralimbi@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120			60	60	
Nota de prezentare	<p>Curriculumul la limba franceză este destinat profesorilor care predau limba franceză în Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, la Facultatea de Kinetoterapie și studenților specializați în kinetoterapie și terapia ocupațională. Procesul instructiv-educativ organizat conform acestui curriculum va fi efectuat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei și mijloacele și căile de realizare a procesului de predare/ învățare.</p> <p>Cursul de limba franceză constituie o continuare a cursului liceal și este bazat pe studierea textelor de specialitate, a unor teme de conversație, care, de asemenea, au tangențe cu domeniul kinetoterapiei, articole extrase din presa sportivă consacrată domeniului respectiv.</p> <p>Scopul principal al predării limbii franceze la specialitatea <i>Kinetoterapia și terapia ocupațională</i> este posedarea practică a limbii, ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, referitoare la domeniul kinetoterapiei și medicinei sportive.</p> <p>Cursul de limba franceză II este orientat, în primul rând, spre asimilarea corectă a terminologiei privind domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale, precum și cel al medicinei sportive, formarea deprinderilor necesare pentru folosirea limbii franceze în activitatea practică și în cea de studiere a literaturii originale consacrate problemelor de kinetoterapie. Procesul instructiv, în mod prioritar, este axat pe lexicul de specialitate, pe lucrul cu dicționarele de specialitate, pe activități în baza articolelor de presă franceză referitoare la domeniul</p>						

	<p>kinetoterapiei.</p> <p>Predarea materialului prevăzut de curriculum, precum și dobândirea, prin efort personal, a cunoștințelor de către studenți se efectuează prin următoarele operații didactice: demonstrarea, ilustrarea, esențializarea, actualizarea, adaptarea, restructurarea, combinarea organică a activităților didactice auditoriale cu cele extradidactice (neauditoriale).</p>				
<p>Competențe generale dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>1. Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică pe specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor lor proprii cu privire la cele expuse.</p> <p>2. Întreținerea unei convorbiri, discuții pe anumite teme prevăzute de programă.</p> <p>3. Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara respectivă (mai ales a cunoștințelor referitoare la domeniul kinetoterapie în Republica Moldova), care să-i ajute pe studenți să descopere identitatea socială și culturală a celor mai importante valori spirituale comune sau diferite din cele două culturi vizate, română și franceză.</p> <p>4. Dezvoltarea spiritului de creativitate.</p> <p>5. Dezvoltarea capacității de exprimare în scris</p>				
<p>Competențe speciale</p>	<p>D) La nivelul de cunoaștere:</p> <p>C1 –însușirea terminologiei privind domeniul kinetoterapiei și medicinei sportive în limba franceză;</p> <p>C2 –asimilarea materialului gramatical în vederea extragerii informației exacte dintr-un text de specialitate (kinetoterapie) și formulării corecte a unui enunț (oral sau scris);</p> <p>C3 - asimilarea diverselor tipuri și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta;</p> <p>C4 –însușirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului științific;</p> <p>C5 –însușirea regulilor de reducere a unui text;</p> <p>E) La nivel de aplicare:</p> <p>C6 –utilizarea corectă a terminologiei și construcțiilor lingvistice specifice în descrierea unui eveniment privind domeniul kinetoterapiei;</p> <p>C7 – înțelegerea corectă a unui text de specialitate, relevând informația principală și cea secundară;</p> <p>C8 –exprimarea corectă și coerentă cu privire la un subiect cu caracter științific;</p> <p>C9 – utilizarea corectă a unor formule de politețe;</p> <p>F) La nivel de integrare:</p> <p>C10 – observarea particularităților limbajului de specialitate în raport cu stilul artistic și cu limbajul vorbit;</p> <p>C11 – integrarea terminologiei kinetoterapeutice în procesul de comunicare cu un interlocutor;</p> <p>C12 –pregătirea și prezentarea comunicărilor pe anumite teme (la orele de curs, la conferințe științifice);</p> <p>C13 –formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului (vorbit sau scris) pe teme de kinetoterapie.</p>				
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore		
			Total	Ore practice	LI
	1	Développement historique du massage	3	2	1
	2	Les techniques du massage.	6	4	2

Tematica și repartizarea orelor de curs	3	Principaux effets du massage.	6	4	2
	4	Traumatologie sportive	6	4	2
	5	Lecture préparée: „Gym”p.36-41	3	2	1
	6	Types des blessures dans le sport (I)	6	4	2
	7	Types des blessures dans le sport(II)	6	4	2
	8	Le claquage	6	4	2
	9	Prévention de la lombalgie chez le sportif	6	4	2
	10	Lecture préparée: „Gym”. p.42-46	3	2	1
	11	Le fitness et les types de lésions	6	4	2
	12	Le service médical dans les luttes	6	4	2
	13	Un régime de vie des sportifs.	3	2	1
	14	L’hygiène du sportif	6	4	2
	15	Lecture préparée: „Gym”. p.47-52	3	2	1
	16	La lutte contre le dopage	6	4	2
	17	Louis Pasteur	3	2	1
	18	I.P. Pavlov, physiologiste remarquable	3	2	1
	19	Évaluation finale	3	2	1
	20	Total	90	60	30
		<i>Activitatea individuală</i>			
		1.Texte suplimentare: <i>Histoire dela douleur; La scoliose en rééducationposturale globale; Leslombalgies; Clinique des lésionsmusculaires</i>	10 6 6		10 6 6
	2. Lectură individuală: <i>Lagymp.</i> 52-66.	4		4	
	3.Articole de presă (4).	4		4	
	4. Informații privind medicina sportivă și kinetoterapia.	4		4	
	5. Rapoarte științifice	4		4	
		30		30	
	Total semestrul II	120	60	30	
Strategii de predare&învățare în cadrulcursului/modulului	<ol style="list-style-type: none"> 1. Selectarea conținutuluiactivității instructiv – educative. 2. Amplificarea treptată a conținutuluiînvățământului. 3. Sistematizarea cunoștințelor prin demers liniar sau concentric. 4. Îmbinarea adecvată a muncii didactice frontale cu munca în grupuri și cu activitatea individuală a fiecărui student. 5. Asigurarea unui studiu ritmic. 6. Integrarea tehnicilor audio-vizuale în predarea limbii, în laboratoarele lingvistice ale catedrei. 7. Utilizarea metodelor comunicative: conversația didactică, simularea situațiilor, problematizarea, studiul de caz, asaltul de idei (brainstorming), algoritmizarea. 8. Cursul de limba franceză presupune crearea unui echilibru între caracterul informativ și formativ al procesului de învățare, cel formativ fiind considerat prioritar. 				
	Evaluarea cunoștințelor studenților este considerată atât ca o posibilitate de promovare a studentului, cât și ca o metodă de învățământ, de control și de				

<p>Strategiideevaluare</p>	<p>apreciere a nivelului de cunoaștere a limbii la diferite etape ale procesului de instruire. Formele de evaluare sunt determinate de perioada de studiu, precum urmează:</p> <p>a) <i>Evaluarea curentă</i>: diagnosticarea, la începutul anului I, a nivelului de posedare a limbii; teste în scris; lucrări de control; recapitularea terminologiei sportive pe compartimente;</p> <p>b) <i>Evaluarea finală</i>: examen la sfârșitul sem. I și II.</p> <p><i>Cerințe de evaluare</i>. La aprecierea notei se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor (70%), de spiritul inventiv al studentului (30%).</p> <p>Controlul priceperilor și deprinderilor studenților se efectuează prin interogare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitelor tipuri de teste, iar examinarea finală se face prin teste în scris sau examen oral.</p> <p>Controlul poartă un caracter instructiv, având ca scop și depistarea lacunelor din cunoștințele studenților.</p> <p>Testarea în scris a cunoștințelor se efectuează după asimilarea anumitor compartimente din materia predată (la mijloc de semestru, la finele semestrului, la finele anului de învățământ).</p> <p>Sunt admiși la testări în scris la sfârșit de semestru și la examen doar studenții care nu au nici o restanță, care au îndeplinit în întregime planul de învățământ. Studenții susțin examen în baza reușitei curente și a notei obținute la examen.</p> <p>Examenul final îi permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii franceze II și progresul obținut de student pe parcursul semestrului și al anului de studiu.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Brega V. <i>Le Français pour les kinésithérapeutes</i>. Cours pratique, Chișinău, 2021. 128 p . 2. Popescu L. <i>Cours de kinésithérapie</i>. București, 1999, 134 p. 3. <i>Îndrumător terminologic pentru studenții secțiilor de kinetoterapie</i>. Coord. D. Mateț. Bacău, 1997. 4. Guénard Hervé. <i>Physiologie humaine</i>. 3^eéd. Édition Pradel. Paris 606 p. 5. Orioux, M. et. Everaex, M. <i>Sciences naturelles</i>, Paris, 1975. 6. Мусоханова М.Б. <i>Французкий язык для медиков</i>. Учебное пособие. Омск, 2008, 261 p. 7. <i>La Gym' . Lectures faciles</i>. D'après Didier Cohen. 8. <i>Grammaire française</i>. M. 1969. 9. <i>Dictionnaire français-roumain</i>, București, 1995. 10. <i>Le Petit Larousse en couleurs</i>. Paris, 1995. 1784p. 11. <i>Kinésithérapie scientifique (revistă științifică)</i>. 	

Data completării: 01.09.2021
univ.

Viorica Brega, dr. conf.

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie si terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Limba engleză					
Titularul cursului		Birsa Elena					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	G 02 O. 12	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (G – componenta de formare a abilităților și competențelor generale)							G
Catedra	Limbi Moderne	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedralimbi@gm ail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	-	60	-	60	
Nota de prezentare	<p>Curriculum la limba engleză constituie suportul pentru orientarea și îndrumarea studenților și a cadrelor didactice a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea de Pedagogie, specialitatea <i>Kinetoterapie si terapie ocupațională</i>.</p> <p>Programa prevede un material didactic variat (texte de specialitate, de civilizație, articole de presă), permite dezvoltarea vorbirii orale, exprimarea gândurilor și opiniilor personale ale studenților lărgind orizontul și a formarea capacităților de analiză și sinteză, reprezentând rezultatul unor cercetări pedagogice în concordanță cu exigențele impuse de cerințele actuale ale învățământului universitar din Republica Moldova, precum și cu noile orientări în predarea limbilor străine pe plan mondial, orientate spre noul mod de organizare a procesului de instruire - învățământul bazat pe Sistemul de credite transferabile de studii.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> Formarea aptitudinilor de citire monologată și dialogată. Înșușirea regulilor gramaticale și utilizarea lor în comunicare scrisă și orală. Cultivarea deprinderilor de lucru cu dicționarul în scopul traducerii textelor de specialitate sau în baza articolelor de presă. Înșușirea lexicului profesional și folosirea lui în diferite situații de comunicare. <p>Competențe transversale</p> <ul style="list-style-type: none"> înșușirea terminologiei de specialitate în limba engleză; participarea activă la interacțiunile verbale; 						
	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> efectuarea unei traduceri dintr-o limbă în alta a unui articol de presă; identificarea ideilor principale ale unui text de specialitate; 						

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • schițarea și scrierea planul unui text cunoscut; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Redactarea și corectarea , în corespundere cu instrucțiunile profesorului, un text care va include greșeli gramaticale, de punctuație, ortografice și lexicale ; • audierea unui text de specialitate înregistrat în laboratorul lingvistic; • pregătirea și prezentarea unor comunicari pe anumite teme; • explicarea profesorului, unui concept, discutat la lecție, utilizând logic lexicul de specialitate; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • utilizarea metodei scanării pentru a găsi răspunsurile la întrebări, adresate în prealabil, la un text cunoscut; • extinderea și aprofundarea reprezentărilor culturale în sensul deschiderii către valorile materiale și spirituale ale țării a cărei limbă o învață. • cunoașterea regulilor de reducere a unui text; 				
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>		
			<p>Total</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	1	Winter Sports	6	4	2
	2	Sports Nutrition	8	4	4
	3	Vitamins	8	4	4
	4	Sprains and strains	6	2	4
	5	Classification of Sports Injuries	8	4	4
	6	Prevention of Sports Injuries	8	4	4
	7	Gymnastics	6	4	2
	8	Remedial Gymnastics	6	2	4
	9	Recovery After Physical Exercises	6	2	4
	10	A Visit to a Doctor	8	4	4
	11	Stretching	6	2	4
	12	Massage	8	4	4
	13	Techniques of Massage	8	4	4
	14	Sports Hygiene	8	4	4
	15	Famous Physicians	8	4	4
	16	Genetics in sports performance	8	4	4
	17	Revision	2	2	-
	18	Final Test	2	2	-
	Total		120	60	60 ore
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Curriculum-ul actual este orientat spre schimbarea rolurilor celor doi parteneri ai procesului educațional: <i>profesor și student</i>. Noile roluri antrenează demersuri didactice bazate pe învățarea prin descoperire, simulare, dezbateră argumentată, jocul de rol, etc. <i>Profesorul</i> va pune accent pe facilitarea învățării, încurajarea studenților pentru a formula puncte de vedere personale bine documentate și argumentate, colaborarea cu studenții în realizarea demersului didactic. <i>Studenții</i> se vor orienta spre învățarea prin cooperare, învățarea în contexte formale și nonformale, transferul de cunoștințe etc.</p> <p>Vor fi selectate strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori. În funcție de obiectivele planificate, se pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, traducere, jocul de rol etc.</p>				
	<p>Evaluarea cunoștințelor studenților se efectuează în două etape: evaluarea curentă (pe parcursul semestrului) și evaluarea finală (în sesiunea de examene).</p> <p>Evaluarea curentă a cunoștințelor studenților are ca scop controlul continuu și activizarea lucrului de sine stătător al studenților pe parcursul semestrului și se realizează prin teste în scris, lucrări de control, recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente. Rezultatele obținute de studenți la evaluările curente, care sunt parte componentă a disciplinei, vor avea o pondere de 60% din nota finală.</p>				

Strategii de evaluare	<p>Evaluarea finală se realizează prin examen la sfârșitul semestrului II. Conținutul examenului prevede:</p> <p>Traducerea în scris a unui text de specialitate necunoscut cu ajutorul dicționarului.</p> <p>Citirea, traducerea și expunerea unui text de specialitate cunoscut din programa de studiu.</p> <p>Conversația pe o temă studiată.</p> <p>Traducerea lexicului de specialitate.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Chele P. How to Eat, Move and be Healthy (a guide). 2. Denisova,G., Drozd, A., Romanovich, R. 2011. Tourism Terminology in Social, Linguistic and Translation Contexts. 3. Henrichs-Kleinen E. Gramatica limbii engleze, București: Editura Niculescu, 2003. 4. Keep the spirit Alive. International Olympic Academy, 2003 5. Leonard I. L. An introduction to tourism. Oxford Press. 6. Melenciuc D., Onofreiciuc E. English for High School. Chișinău, 2000. 7. Nedelcu C., Murar I., Bantaș A., Dicționar roman-englez, București; Teora, 2001. 8. Oxford Advanced Learners Dictionary, 2005. 9. Stundevern J. Sport tourism. Oxford Press. 10. The USA: Geography, History, Education (a reader). Moscova: List, 1999. 11. Галицынский Ю. Грамматика английского языка (сборник упражнений). Санкт-Петербург: КАРО, 2006. 12. Degtiariova P.F. English, 1989 13. Парахина А.В., Тылкина А.В. Учебник английского языка. Москва, Высшая школа, 1982. 	

Data completării: 01.09.2021

Birsa Elena

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Sporturi de lupte					
Titularul cursului		Polevaia-Secăreanu Angela, dr. conf. univ.					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 02 O. 13	Anul	I	Semestrul	II
Nr.credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Probe sportive individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	65	-	40	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Sporturi de lupte” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei capabili de a demonstra capacități intelectuale, fizice profesionale pentru orientarea în cadrul activităților profesionale desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiectivele cadru ale învățământului în sistemul de kinetoterapie prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul profesional prin implicarea acestuia în activități motrice ce presupun cunoașterea diferitor mijloace din diferite sporturi de lupte; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I, sem. II, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4</p>						

	<p>credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Completarea profilului viitorului specialist, prin îmbogățirea cunoștințelor teoretico-metodice și a deprinderilor practice cu mijloace specifice din sporturi de lupte. • Aplicarea fundamentelor teoretico-practice în organizarea activităților motrice în cadrul procesului de profilaxie, recuperare; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare în procesului de profilaxie, recuperare prin diferite activități motrice specifice luptelor; • Utilizarea metodologiilor de dezvoltare motricității prin aplicarea mijloacelor din sporturile de lupte. • Aplicarea diferitor mijloace din sporturi de lupte pentru dezvoltarea fizică generală și menținerea sănătății. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul activității motrice profesionale în corespundere cu scopul și obiectivele înaintate; • Aplicarea acțiunilor tehnice în corespundere cu specificul probei; • Formarea capacităților de a utiliza mijloace specifice sporturilor de lupte în procesul de recrearea organismului. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei sporturilor de lupte (tradiționale, aplicative, sportive și sportiv-combative); ▪ să identifice tipurile de sport de lupte; ▪ să caracterizeze tipurile de lupte; ▪ să identifice mijloacele generale și speciale în sporturile de lupte; ▪ să identifice jocurile speciale și cu caracter tradițional; ▪ să caracterizeze procesul de pregătire fizică generală, specială, tehnică și tactică ▪ să identifice calitățile motrice specifice unui act motric. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine exercițiile fizice speciale și generale specifice unui tip de lupte; ▪ să elaboreze un proiect didactic în cadrul lecției de lupte; ▪ să analizeze și să explice aplicarea mijloacelor din sporturi de lupte în recrearea organismului; ▪ să determine o luptă cu caracter tradițional și reprezentare particularitățile acestuia; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în timpul procesului de pregătire pentru diferite activități sportive, dar și pe traseele profesionale. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura lecției de antrenament prin aplicarea mijloacelor din sporturilor de lupte; ▪ să îmbine exercițiile fizice generale și speciale în procesul de recreare; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru aplicarea mijloacelor din sporturilor de lupte în sistemul de kinetoterapie la diferite vârste; ▪ să dezvolte valorile morale și particularitățile artelor marțiale pentru un respect și dezvoltare măiestrie de sine. 					
	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminare</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Istoria și apariția sporturilor de lupte.</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>
	<p>2</p>	<p>Știința sporturilor de lupte, legile activităților motrice speciale în dezvoltarea lor.</p>	<p>2</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>2</p>
	<p>3</p>	<p>Tradițiile de comportare în sală sportivă, profilaxia traumatismului la</p>	<p>4</p>	<p>2</p>		<p>2</p>

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		lecțiile în sporturile de luptă.				
	4	Rolul sporturilor de lupte în societate. Sporturi de lupte Olimpice și ne Olimpice.	2	2		
	5	Clasificarea și sistematizarea sporturilor de luptă (tradiționale, sportive, aplicative și sportiv-combative).	5	2		2
	6	Clasificarea sistemelor de sănătate din est și impactul lor asupra corpului uman.	4	2		2
	7	Avantajele gimnasticii orientale în comparație cu sporturile de contact europene.	4	2		2
	8	Evaluarea cunoștințelor pe teme 1-7	2		2	
	9	Tipuri și conținutul lecțiilor în sporturile de luptă.	4		2	2
	10	Tradițiile popoarelor prin prisma luptelor naționale, diferența stilurilor de lupte.	5		4	2
	11	Învățarea sistemelor de asanare Taekwondo, Freestyle.	12		8	4
		Învățarea exercițiilor speciale în Taekwondo, dezvoltarea capacităților de coordonare.	12		8	2
	12	Analiza istorico-genetică și generalizarea teoretică a sistemelor asiatice de întremare a sănătății (Uşu, Tigrun).	8		10	2
	13	Particularitățile dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din lupte sportive și tradiționale luptei Trînta.	8		8	2
	14	Jocuri dinamice, ștafete, jocuri specifice sporturilor de lupte Trînta „Cel mai Bun Gospodar”.	6		2	2
	15	Înșușirea elementelor acrobatice specifice sporturilor de lupte. Învățarea metodicii și complexelor de exerciții din sistemul de lupte naționale Trînta.	8		4	2
	16	Învățarea tehnicii de luptă în picioare și la sol.	6		6	2
	17	Metodologia învățării exercițiilor speciale și procedeele tehnico-tactice utilitar-aplicative în sporturile de luptă.	6		2	2
	18	Bazele instruirii exercițiilor speciale și procedeele tehnice în sporturile de luptă.	6		2	2
	19	Mijloacelor din sporturi de luptă aplicate în asanarea populației.	6		2	2
	20	Evaluarea cunoștințelor pe teme 1-7	6		2	2
		Total	120	14	66	40
		<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminare/lecții practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul</p>				

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>											
<p>Strategiile de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub <i>două</i> forme petrecute în cadrul orelor de curs, seminare, teoretice și lucrări individuale pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>teste practice</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile motrice ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> Chirtoacă I., Postolachi A., Chirtoacă A. Lupte libere greco-romane: Curs de bază/ Ilie Chirtoacă, Alexei Postolachi, Alexandr Chirtoacă. Chișinău, 2016. 161 c. (ISBN 978-9975-68-027-1) Ciorbă Gh., Genunchi C., Polevaia-Secăreanu A. Semnificația mijloacelor și tehnicilor tai chichuan privind tratarea durerilor de spate. În: Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studențesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 172-180. (ISBN 978-9975-4452-8-3) Manolachi V.G. Sporturi de luptă – teorie și metodică. INEFS. Chișinău: F.E.P., 2003. 400 p. Marcu, V. și colab. Activități fizice adaptate, Editura Universitaria, Craiova, 2007. Matveev, L.P., Novikov, A.D. Teoria și metodică educației fizice, Editura Sport-Turism, București, 1980. Miller, S. Psihologia jocului. ЦИБ. 1999. Rabovol O., Tripac C., Polevaia-Secăreanu A. Tratatamentul afecțiunilor respiratorii prin intermediul artelor marțiale chinezești. În: Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice: Mater. Conf. științ. Internaț. Studențesc. Ediția a XIX-a Chișinău, 22.04.2016. P. 193-201. (ISBN 978-9975-4452-8-3) 											

8. Karabanova, O.A. Jocul în dezvoltarea psihică a copiilor. Moscova. 1997.
9. Keanu, L. Tomey. (2017), Effects of a Modified Judo Program on Psychosocial Factors in Typically Developing and Children with Autism Spectrum Disorder: a Mixed-Methods Study. University of Central Florida.

10. Афтимичук О.Е., Мруц И.Д., Полевая-Секэрянэ А.Г. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова. Монография: Кишинев: Б.и. 2013 (Tipogr., Valinex SRL"). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5)
11. Абаев, Н.В. Лечебная гимнастика: Комплексиз 18-ти упражнений. 1990. 52 с.
12. Гагонин, С.Г. Развитие теории и практики физической культуры путем обобщения опыта боевых искусств востока: Дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04: СПб., 1998. 432 с.
13. Куванов В.А. Взаимосвязь прочности освоения двигательных действий и уровня развития координационных способностей юных борцов: Дис. ... канд. пед. наук. Санкт-Петербург, 2005. 196 с.
14. Лейкин, С.Ф. Особенности психологической подготовки в циньна и шуайцзяо. В: Юбилейная научно-методическая конференция, посвященная 100-летию Академии: Матер. конф. СПб, 1996, с. 52-55.
15. Панченко, Г.К. (ред.) История боевых искусств. Колыбель цивилизаций. М.: Олимп; ООО „Изд. АСТ“, 1996. 480 с.
16. Полевая-Секэрянэ А.Г., Афтимичук О.Е. Интенсификация учебно-тренировочного процесса дзюдоистов средствами ритмического воспитания и музыки: Монография. Chişinău.: "Valinex" SA, 2015. 174 p. (ISBN 978-9975-68-270-1)
17. Полевая-Секэрянэ А. Сравнительная характеристика занятости населения различными видами единоборств в Молдове и Германии. В: Материалах IV Международной научно-практической конференции молодых ученых: Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма. Минск, БГУФК 21 апреля 2011.с.130-133 (ISBN 978-985-6953-69-2)
18. Полевая-Секэрянэ А. Женские силовые виды спорта и единоборства: за и против. În: Sporirea prestigiului și a rolului femeii în sport: seminar metodico-științific regional. Chişinău, Editura USEFS, 2009, p.83-87.
19. Стулова, Э.С. Даосская практика достижения бессмертия. Из истории традиционной китайской идеологии. В: Сборнике статей. М.: Наука, 1984, с. 230-270.
20. Теоретико-методологические основы организации и проведения физкультурно-оздоровительной деятельности с населением Республики Молдова: Стратегическое направление: Восстановление человеческого, природного ресурса, информации устойчивому развитию: / Афтимичук О.Е., Мруц И.Д., Полевая-Секэрянэ А.Г. Монография: Высший Совет по Науке и Технологии Развития Акад. Наук Молдовы. Кишинев: 2013 (Tipogr., Valinex SRL"). 204 p. (ISBN 978-9975-68-230-5)
21. Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. I / Препедевтика. Москва: Советский спорт, 1997. 280 с.
22. Туманян Г.С. Спортивная борьба: Теория методика, организация тренировки. Учебное пособие. В 4-х Кн. II / Кинезиология и психология. Москва: Советский спорт, 1998. 280 с.
23. Шулика Ю.А. и др. Дзюдо. Система и борьба: Учебник для СДЮШОР, спортивных фак-товпед. ин-тов, технику мовфиз. культуры и училищ олимпийского резерва / Ю. А. Шулика [и др]. Ростов н/Д: Феникс, 2006. 800 с.



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Înotul terapeutic					
Titularul cursului		Scortenschi Dmitri					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 02 O.14	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	4	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	80	Studiu individual	40	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		80	15	-	65	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Înotul terapeutic” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>Științe ale sportului</i>, specialitatea <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Scopul programei curriculare la disciplina „Înotul terapeutic” constă în – însușirea cunoștințelor teoretice, deprinderilor motrice ale înotului sportiv și aplicativ, metodicii de învățare a înotului sportiv și terapeutic, desfășurarea lecțiilor de înot terapeutic în cazul diferitor boli, salvarea de la înec; modernizarea procesului de pregătire profesională a studenților la specialitatea dată, favorizând astfel dezvoltarea sistemului pedagogic de pregătire a cadrelor științifico-pedagogice în domeniul <i>Motricitate specială și recuperare</i>, în conformitate cu nivelul de dezvoltare și cerințele societății contemporane.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor în domeniul <i>Motricității speciale și recuperării</i>, capabili de a practica și de a utiliza elementele înotului sportiv și aplicativ cu scopuri terapeutice în cadrul programelor de recuperare; • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul <i>Motricității speciale și recuperării</i> prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnicii, metodicii de predare a înotului sportiv, aplicativ și terapeutic, care va asigura buna desfășurare a programelor de recuperare; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p>						

	<p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>Capitolul dedicat înotului terapeutic reunește principalele probleme legate de pregătirea specialiștilor din instituțiile de învățământ superior cu profilul <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Înotul terapeutic” este planificată în an I, sem. II, 120 ore, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului în domeniul <i>Științe ale sportului</i>.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, programelor și sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor și formarea priceperilor motrice speciale la înot; • Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de proiectare și programare a activităților de recuperare prin înot; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele didactice specifice înotului terapeutic selectate în raport cu obiectivele de instruire propuse; • Gândirea constructivistă privind diversitatea modalităților de planificare, organizare, desfășurare și evaluare a activităților de înot terapeutic pentru încurajarea persoanelor de a practica sistematic exercițiile fizice; • Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, de sex, nivelul de pregătire, gradului de afecțiune și obiectivelor propuse. • Identificarea și interpretarea valențelor formative ale înotului terapeutic; înțelegerea și utilizarea metodelor consacrate de analiză și interpretare creativă în elaborarea structurilor motrice și programelor de recuperare prin mijloacele înotului terapeutic; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul înotului terapeutic, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul Kinetoterapiei și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; • Leadership; • Executarea responsabilă a sarcinilor profesionale în condițiile unei autonomii restrânse și asistența calificată să dirijeze procesul de hidrokinetoterapie cu caracter de recuperare-fortificare în condițiile modificărilor permanente și cerințelor societății, asigurând securitatea vitală și respectarea normelor de securitate în desfășurarea activităților de cultura fizică specială.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să achiziționeze cunoștințele din domeniul înotului terapeutic; • să comunice logic și argumentat la lecția de înot, utilizând corect terminologia sportivă; • să însușească cunoștințele practice din tehnica procedurilor de înot și a mijloacelor specifice hidrokinetoterapiei necesare unui kinetoterapeut; • selectarea și acumularea cunoștințelor teoretice generale despre afecțiunile și bolile în care înotul și exercițiile de înot sunt indicate ca mijloc de tratament; • să însușească tehnica procedurilor sportive, aplicative și a unor procedee speciale

de înot.

La nivel de înțelegere și aplicare:

- să realizeze un complex de exerciții terapeutice, efectuând explicațiile și indicațiile corespunzătoare;
- să colaboreze activ și creativ cu profesorul în scopul realizării cât mai reușite a diverselor situații didactice;
- să se autorealizeze, în special, în plan fizic, pentru realizarea exteriorului fizic în vederea obținerii unor indici superiori ce țin de estetica fizicului uman;
- să se orienteze în valorile înotului terapeutic, recepționând, conștientizând și valorificând potențialul formativ, educativ, asanativ ale domeniului menționat.
- capacitatea de selectare și aplicare a mijloacelor în procesul de tratament, reabilitare și reintegrare în viața socială;
- selectarea și aplicarea mijloacelor specifice hidrokinetoterapiei necesare unui kinetoterapeut;
- să utilizeze corect exercițiile de gimnastică acvatică în apă mică și apă mare pentru tratarea unor eficiențe fizice, deviații ale coloanei, boli reumatismale, spondiloze;

La nivel de integrare:

- să explice diverse situații referitoare la învățarea și perfecționarea deprinderilor, capacităților motrice;
- să elaboreze și să desfășoare un complex de exerciții terapeutice însoțit de explicațiile și indicațiile corespunzătoare;
- să proiecteze și să integreze (independent și sistematic) activități motrice și sportive orientate spre ameliorarea tehnicii procedeele sportive și aplicative;
- să-și aprofundeze și să integreze cunoștințele din domeniul înotului în reabilitarea persoanelor cu dizabilități fizice, fortificarea prin intermediul practicării;
- să-și autoevalueze rezultatele strategice finale caracteristice sănătății și capacităților motrice.

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Practice	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Bazele generale ale înotului.	2	1		1
	2.	Tehnica procedeele de înot.	3	2		1
	3.	Organizarea și desfășurarea lecțiilor de înot. Metodica instruirii și predării înotului.	4	3		1
	4.	Bazele organizațional – metodice ale înotului terapeutic.	2	1		1
	5.	Înotul în traumatologie și ortopedie.	2	1		1
	6.	Înotul în recuperarea bolilor sistemului cardiovascular.	2	1		1
	7.	Înotul în recuperarea bolilor sistemului respirator.	2	1		1
	8.	Înotul în recuperarea bolilor și traumatismelor sistemului nervos.	2	1		1
	9.	Înotul în ginecologie și în timpul sarcinii.	2	1		1
	10.	Înotul în sistemul de reabilitare și adaptare a persoanelor cu nevoi speciale.	2	1		1
	11.	Tehnica înotului aplicativ.	2	2		
	12.	Învățarea exercițiilor pregătitoare pentru acomodarea cu apa.	4		2	2
	13.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, craul pe spate.	6		4	2
	14.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept (în coordonare cu respirația și fără).	6		4	2
	15.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de	6		4	2

		brațe în procedeul craul pe spate.				
16.		Perfecționarea tehnicii înotului craul pe piept și craul pe spate.	6		4	2
17.		Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	8		6	2
18.		Învățarea și perfecționarea coordonării mișcărilor de brațe, picioare, respirație la procedeele craul pe piept și spate. Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras în coordonare cu respirația și fără.	6		4	2
19.		Învățarea continuă a tehnicii mișcărilor de brațe bras. Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	6		4	2
20.		Perfecționarea tehnicii înotului bras.	6		4	2
21.		Perfecționarea tehnicii procedeele sportive de înot.	8		6	2
22.		Înotul în traumatologie – de sfășurarea complexului de exerciții. Perfecționarea tehnicii, mișcărilor de picioare craul pe piept, spate și bras.	7		5	2
23.		Înotul terapeutic în ortopedie – de sfășurarea complexului de exerciții. Perfecționarea tehnicii, mișcărilor de brațe craul pe piept, spate și bras.	6		4	2
24.		Înotul terapeutic în recuperarea bolilor sistemului cardio-vascular. Perfecționarea tehnicii procedeele de înot craul pe piept, spate și bras.	7		5	2
25.		Înotul terapeutic în recuperarea bolilor sistemului respirator. Dezvoltarea rezistenței specifice.	6		4	2
26.		Înotul terapeutic în ginecologie și în timpul sarcinii. Perfecționarea tehnicii procedeele de înot – bras, craul pe piept și craul pe spate.	7		5	2
Total			120	15	65	40
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului		<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>				
Strategii de evaluare		<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma <i>denormative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot și <i>lucrărilor individuale – elaborarea și desfășurarea complexelor de exerciții terapeutice</i> cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru</p>				

	examen. Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativele practice.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Botnarencu T. Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013. 2. Diacenco E., Scorțenschi D. „Particularitățile metodice ale programului de hidroreabilitare pentru copiii de vârstă școlară, care au suferit de scolioză”// Conferința științifică internațională studentescă, 13 mai, USEFS, 2011, -P.142-146 3. Diacenco E., Scorțenschi D. Cu privire la eficiența aplicării sistemului de recuperare hidroterapeutică în afecțiunile organismului uman//Problemele actuale ale teoriei și practicii culturii fizice// Materialele Conferinței științifice internaționale studentești, USEFS, 2009, -P 153-157 4. Diacenco E., Scorțenschi D. Hidroreabilitatea și masajul curativ în tratamentul afecțiunilor aparatului locomotor//Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice Materialele Conferinței științifice internaționale studnețești, Ed. XIV-a 23 aprilie, Chișinău, USEFS, 2010, -P. 121-126 5. Fiedler P., Fetescu S. Inot.Manual.Universitatea „AL. I. CUZA” IAȘI. Facultatea de educatie fizica și sport, 1996. 6. Szatmari L., Ceontea D., Pop N.H., Baloga I., Înot - Suport de curs. Lucrări practice, 2009. 7. Vasile L. - Înot pentru sănătate, București: Editura Didactică și Pedagogică, R.A., 2007. 8. Адаптивная и лечебная физическая культура. Плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 401 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08390-3 9. Булгакова Н. Ж. Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001 10. Булгакова Н. Ж. Теория и методика плавания: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. Центр «Академия», 2014. 11. Булгакова Н.Ж. Оздоровительное, лечебное и адаптивное плавание. Плавание : учебное пособие для вузов / Н. Ж. Булгакова, С. Н. Морозов, О. И. Попов, Т. С. Морозова ; под редакцией Н. Ж. Булгаковой. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Academia, 2005. — 432 с. — (Высшее образование). — ISBN: 978-5-7695-5626-5 12. Величко Т.И., Лоскутов В.А., Лоскутова И.В. ЛФК и лечебное плавание в ортопедии (учебно-методическое пособие)// Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. – 2014. – № 2-3. 13. Ганчар И.Л. Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры. - М.:Спорт Академ Пресс, 2002. 14. Гузман Р. Плавание. Упражнения для обучения и совершенствования техник и всех стилей. – Минск: Попурри, 2013. 15. Дьяченко Е. Эффективность применения плавания при коррекции осанки детей среднего школьного возраста. //Материалы между. научн. конг. Кишинэу ГУФВС, 2008, -С 472-475. 16. Кардамонова Н.Н. Плавание: лечение и спорт. Серия «Панацея», Ростов н/Д: Феникс, 2001. 17. Первая помощь при несчастных случаях и экстремальных ситуациях. – М.:Физкультура и спорт, 1998. 18. Платонов В.Н., Абсалямов Т.Н., Булатова М.М., Булгакова Н. и др. Плавание:Учеб. для студентов высших учебных заведений физ. воспитания и спорта /Подред. В.Н. Платонова.- К.: Олимпийская литература, 2000. 19. Спортивные травмы: основные принципы профилактики и лечения / Подред. П.А.Ф.Х. Ренстрёма- К.: Олимпийская литература, 2002. 	

ANUL II, SEMESTRUL III

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Fiziologia Umană					
Titularul cursului		Erhan Ecaterina, Deleu Inga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O.15	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Medicina Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări de laborator, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicina_sportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	-	45	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Fiziologia Umană” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului kinetoterapeutic, care presupun formarea specialiștilor cu o înaltă pregătire în domeniul fiziologiei umane capabili de a utiliza noțiuni fundamentale despre funcțiile și mecanismele de funcționare a organismului uman; • obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul fiziologiei umane prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea legităților de bază a activității organismului de diferită vârstă, sex, starea funcțională, și de diferite mecanisme de funcționare a organelor, sistemelor organismului și interacțiunea lor; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive. În conformitate cu 						

	<p>planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea activității practice de kinetoterapie în cadrul acordării diferitor servicii kinetoterapeutice la pacienții cu anumite stări patologice; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de acordare corectă a specialistului în restabilirea activităților motrice a pacienților; • Utilizarea metodologiilor de aplicare a conceptelor, procedeele și metodelor folosite în fiziologia umană pentru pregătirea specialistului de înaltă calificare; • Proiectarea unor lucrări de laborator bazate pe utilizarea metodelor inovative apărute în domeniul kinetoterapiei (ex.: „posibilitatea aplicării cunoștințelor fiziologice în acordarea ajutorului kinetoterapeutic unui pacient, aflat în condiții anaerobe”); • Susținerea și promovarea organizării întrunirilor specialiștilor în fiziologie și kinetoterapie; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din sfera fiziologiei și kinetoterapiei. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea regulilor de muncă riguroasă și eficientă, manifestarea unei atitudini responsabile față de domeniul fiziologiei, respectarea principiilor și a normelor de etică profesională; • Desfășurarea eficientă și eficace a activităților organizate în echipă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională continuă în vederea adaptării competențelor profesionale și manageriale la dinamica domeniului și exigențele pieței de muncă.
<p>Finalități și performanțe la Fiziologia umană curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine obiectul de studiu al disciplinei fiziologia umană; • să identifice caracteristicile fiziologiei umane; • să caracterizeze mecanismele de reglare a sistemelor de organe; • să explice esența proceselor (biochimice, fiziologice, modalitățile de adaptare, de condițiile concrete de activitate); • să determine natura relațiilor dintre organismul uman și factorii de mediu; • să identifice modalitățile de influență a probelor sportive asupra stării funcționale a sistemelor de organe; • să descrie diferite metode de cercetare utilizate în fiziologie, medicină, biochimie, care pot fi aplicate în practica kinetoterapeutului; • să definească conceptele: (de stres, antistres, eustres, stresul și sistemele fiziologice de protecție); <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să acumuleze informații asupra funcționării normale a organismului, urmând ca pe acest substrat să fie adăugate cunoștințe fundamentale din fiziopatologie, medicină sportivă, igienă și să cunoască constantele fiziologice, variațiile de vârstă a acestora în corelație cu noile evoluții în cadrul științelor medico-biologice; • să dezvolte deprinderi în înregistrarea, măsurarea și interpretarea datelor pentru expunerea verbală și în scris a constatărilor proprii și aprecierea variațiilor biologice și individuale; • să înțeleagă importanța mecanismelor de reglare a funcțiilor fiziologice în coordonarea organelor și a sistemelor separate pentru activitatea normală a întregului organism; • să înregistreze și analizeze parametrii diferitor probe funcțional-instrumentale (măsurarea presiunii arteriale, electrocardiograma, spirometria, determinarea oxigenului în sângele arterial, etc.); • să determine metabolismul bazal prin metode calorimetrice;

	<ul style="list-style-type: none"> • să posede metoda de colectare a sângelui și să interpreteze rezultatele analizelor de laborator; • să însușească metode de studiere și apreciere a activității diferitor organe și sisteme prin tehnici virtuale și computerizate; • să însușească metoda de instruire bazată pe analiza problemei (cazul clinic). <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să aprecieze importanța fiziologiei în contextul integrării ei cu disciplinele medico-biologice conexe și cele ale kinetoterapiei; • să explice importanța studierii funcțiilor de reglare și control ale activității organelor, sistemelor de organe și ale interacțiunilor dintre acestea; • să folosească cunoștințele obținute pentru înțelegerea principiilor dereglărilor funcționale și ale mecanismelor de corijare a acestora în practica de specialitate; • să conștientizeze necesitatea de a asimila continuu noi cunoștințe în domeniul fiziologiei și kinetoterapiei. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Laborator	LI
	1	Fiziologia sistemului sangvin	12	2	4	6
	2	Fiziologia sistemului vascular	16	4	4	8
	3	Fiziologia sistemului respirator	16	4	4	8
	4	Fiziologia sistemului digestiv	8	2	2	4
	5	Metabolismul bazal și energetic	14	3	4	7
	6	Fiziologia glandelor endocrine	10	2	3	5
	7	Fiziologia organelor de excreție	6	1	2	3
	8	Fiziologia aparatului neuro-muscular	14	3	4	7
	9	Fiziologia sinapselor neuro-musculare. Proprietățile fiziologice ale mușchilor striati și netezi.	10	1	4	5
	10	Fiziologia generală a sistemelor senzoriale și importanța lor în activitatea sportivă.	12	2	4	6
	11	Fiziologia sistemelor nervos și nervos vegetativ	16	3	5	8
12	Fiziologia activității nervoase superioare.	16	3	5	8	
	Total	150	30	45	75	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Se optează pentru construirea unei strategii adecvate intereselor studenților și nivelului lor de pregătire. În acest context se va aplica în mare parte strategii euristice - de elaborare a cunoștințelor prin efort propriu de gândire, folosind problematizarea, descoperirea, modelarea, formularea de ipoteze, dialogul euristic, experimentul de investigare, asaltul de idei, având ca efect stimularea creativității. Strategiile didactice se vor realiza cu ajutorul metodelor de predare și învățare (informativ și activ-participativ, de studiu individual, de verificare și evaluare).</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicați, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială - Se realizează la începutul unității de învățare pentru a identifica capacitățile de învățare ale studenților, nivelul de pregătire al acestora etc.</p> <p>Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri,</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Erhan Ecaterina, Deleu Inga, Modelul-algoritm de cercetare complexă a stării funcționale a organismului sportivilor-înotători. Congresul științific internațional : „SPORT, OLIMPISM,SĂNĂTATE,, ed. a V-a, 10-12 septembrie, 2020, p.135-141. 2. Erhan Ecaterina, Deleu Inga. Studiul complexului de minerale din organismul sportivilor înotători de performanță.Congresul științific internațional „SPORT, OLIMPISM,SĂNĂTATE,, ed. a V-a, septembrie, 2020, p. 141-150 3. Erhan E. Estimarea stării sănătății a organismului la sportivii înotători după unii indici biochimici. Conferința Științifico-practică „Personalitate și sport: Teorie. Metodologie. Practică”, Ediția a IV-a, 17 mai 2019. Chișinău, IRIM, p.69-75. 4. E. Erhan, E.Dudnic - ”Fiziologia Umană” (note de curs), ed. ”Primex-Com”, Chișinău,2018,ISBN 978-9975-110-99-0, 248p. 5. I. Haulică – ”Fiziologia umană”, ed. Medicală, București,2007,1024p. 6. E. Babschii și alț. –”Fiziologia omului”, ed. Lumina, Chișinău, 2000.,286p. 7. P.Groza, I.Haulică – ”Fiziologie ”, ed. Didactică și pedagogică, București, 2014,201p. 8. B.Melnic, A.Crivoi – ”Compendiu de lucrări practice la fiziologia omului”, ed.Lumina,1999, 198 p. 9. A.Saulea, V.Vovc – ”Culegeri de probleme”pentru metoda de instruire bazată pe analiza problemei, Chișinău,2008, 145p <p>A. Suplimentară:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. A.Gayton –”Fiziologia”, ed. II,București, 2007. (rom.,rus,engl.) 2. G.Arsenescu – ”Curs de fiziologie”, București, 1993. 3. I. Baci. Fiziologie. Ediția a II-a revizuită. Editura Didactică și Pedagogică, București, 1987, 276p. 4. I. C. Voiculescu, I. C. Petricu. Anatomia și fiziologia omului. Editura Medicală, București, 1991, 242 p. 5. Arthur C. Guyton, John E. Hall. Tratat de fiziologie a omului. Ed. a 11-a. Editura Medicala Callisto, București, 2007.,277p. 6. Arthur C. Guyton. Fiziologie (Fiziologia umană și mecanismele bolilor). Editura Medicală Amaltea, București, 1997,312p. 											



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Biomecanica					
Titularul cursului		Dorgan Viorel					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F.03.O.16	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Probe Sportive Individuale	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra_psi_usefs.md@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	16	-	30	44	
Nota de prezentare	<p>Cadrul conceptual. Cursul de biomecanică ține să familiarizeze studenții cu bazele biomecanice ale exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive în vederea utilizării eficiente a exercițiilor fizice în calitate de mijloc al educației fizice, precum și ca mijloc de sporire a măiestriei sportive.</p> <p>Sugestii metodologice. Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bazele biomecanicii generale. 2. Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <ul style="list-style-type: none"> - Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală - Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive. <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de laborator.</p>						
Competențe	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formarea unui sistem de concept privind biomecanica exercițiilor fizice și ale tehnicii sportive - Însușirea legităților biomecanice de analiză a tehnicii și tacticii mișcărilor - Realizarea principiilor biomecanice de modelare și optimizare a acțiunilor motrice <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - interpretarea concepțiilor privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele vii; 						

dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> - definirea corpului uman ca system biomecanic; - determinarea caracteristicilor cinematice și dinamice ale mișcărilor omului; - identificarea biomecanică a calităților motrice; - descrierea sistemelor de mișcări și dirijarea acestora; - estimarea potențialului motric individual și de grup al oamenilor; - argumentarea biomecanică a măiestriei sportive. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p>La finalizarea cu succes a disciplinei formabilul va fi capabil:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Să interpreteze concepțiile privind biomecanica ca știință despre mișcările în sistemele vii; ➤ Să definească corpul uman ca system biomecanic; ➤ Să determine caracteristicile cinematice și dinamice ale mișcărilor omului; ➤ Să identifice din punct de vedere biomecanic calitățile motrice; ➤ Să descrie sistemele de mișcări și dirijarea acestora; ➤ Să estimeze potențialul motric individual și de grup al oamenilor; ➤ Să argumenteze din punct de vedere biomecanic măiestria sportivă. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/P	LI
	1	Obiectul de studiu și conținutul biomecanicii	10	2	4	4
	2	Corpul uman ca sistem biomecanic	12	2	4	6
	3	Caracteristicile cinematice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	4	Caracteristicile dinamice ale mișcărilor omului	12	2	4	6
	5	Bioenergetica acțiunilor motrice. Biomecanica calităților motrice.	12	2	4	6
	6	Sistemul de mișcări. Dirijarea sistemului de mișcări.	12	2	4	6
	7	Particularitățile individuale și de grup ale motricii omului.	8	2	2	4
	8	Argumentarea biomecanică a măiestriei sportive.	12	2	4	6
Total			90	16	30	44
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Disciplina presupune însușirea noțiunilor și legităților științelor fizico-matematice, tehnice, biologice și pedagogice. Conținutul cuprinde două compartimente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bazele biomecanicii generale. 2. Biomecanica particulară, unde studenții fac cunoștință cu bazele biomecanice ale diferitor probe de sport. <p>Profesorul va selecta metodele de învățare specifice conținuturilor și tehnicilor de muncă intelectuală. Se vor defini conținuturile informative și formative pentru aprofundarea cunoștințelor la biomecanică, în vederea formării unor însușiri de analiză și sinteză a proceselor biologice, care asigură o modelare mai eficientă a tehnicii sportive.</p> <p>Procesul de instruire se va desfășura în forma de lecții teoretice și lucrări practice și de laborator.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea vizează eficiența învățământului universitar prin prisma raportului dintre obiectivele proiectate și rezultatele obținute de către studenți în activitatea de învățare. Ea se va realiza de către profesor pe parcursul tuturor activităților didactice și în toate etapele acestor activități, și va viza nu numai cunoștințe în termeni de informație, ci și competențe, capacități și atitudini.</p> <p>Evaluarea va conține următoarele condiții, criterii și forme. Studentul va fi obligat să aibă o prezență de 70 % la curs și 80% - la lecții practice și de laborator. De asemenea se va ține cont de participarea activă la dezbaterile pe marginea tematicii de curs și la lecții practice și de laborator, realizarea unui proiect sau a unui referat la alegere. Nota finală va constitui 60% - evaluare curentă și 40 %- evaluare finală.</p>					
	Nota finală				100%	

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Budescu E. Biomecanica generală. Iași, 2013. 2. Buzescu A. Anatomie și biomecanică- Ed. Bren (acreditată CNCSIS), București, 2014. 3. Gavrilescu D. Noțiuni de biomecaică cu aplicație în educație fizică și sport. București, 2007 4. Ifrim M. Biomecanica generală. București, 1980. 5. Sbenghe T. Kinesiologie. București, 2008. 6. FreivaldsA. Biomechanics of the upper limbs: mechanics, modeling, and musculoskeletal injuries. London, 2004 7. Донской Д. Биомеханика. Москва, 1975. 8. Донской Д., Зациорский В.Биомеханика. Москва, 1979. 9. Дубровский В.,Федорова В. Биомеханика. Учебник для вузов. Москва, 2008. 10. Зациорский В. Биомеханика двигательного аппарата человека. Москва, 1981. 11. Коренберг В.Основы качественного биомеханического анализа. Москва, 1979. 12. Коренберг В.Лекции по спортивной биомеханике. Москва, 2011. 13. Лапутин А. Обучение спортивным движениям. Киев, 1986. 14. Сотцкий Н., Киселёв В. Практикум по биомеханике. Минск, 1997. 15. Сотцкий Н. Биомеханика. Минск, 2005. 16. Темерева В. Е., Шульгин Г. Биомеханика двигательной деятельности (Лабораторные задания) Практикум по дисциплине. Малаховка, 2018. 17. Уткин В.Биомеханика физических упражнений. Москва, 1989. 	

Datacompletării: 01.02.2022

Dorgan Viorel



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Psihologia generală					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana, Razmireț Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 03 O.17	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (F–componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedra.sppsus@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			90	30	15	-	45
Nota de prezentare	<p>În învățământul universitar, știința Psihologia generală are o valoare aparte pentru studenții specialității <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, ca instrument de proiectare a discursului didactic-formativ, el reprezentând modernizarea învățământului universitar- democratizarea, integralizarea, raționalizarea epistemologică.</p> <p>Curriculumul la disciplina <i>Psihologia generală</i> este conceput ca totalitate a acțiunilor educaționale, proiectate - realizate în contextul idealului și scopului educațional al societății și al practicii sale educaționale și se axează pe următoarele abordări:</p> <p><u>Abordarea conceptuală</u> ce prevede formarea la studenți a reperelor științifico-metodice privind cunoașterea particularităților psihologice a persoanelor implicate în activitățile domeniului profesional. În formarea competențelor profesionale vor fi considerate drept fundament următoarele principii: principiul umanismului, care reclamă recunoașterea valorii, irepetabilității, integrității omului, recunoașterea dreptului la libera dezvoltare și manifestare a aptitudinilor; principiul dezvoltării cognitive active, care reclamă organizarea activității de învățare prin interacțiune cu celălalt pentru a crea câmpul de tensiune intelectuală, câmpul de încărcare emoțională; principiul individualizării, care reclamă proiectarea și organizarea demersului didactic luând în considerație particularitățile specifice ale fiecărui student.</p> <p>În mod deosebit menționăm rolul studierii psihologiei pentru studenții din cadrul programelor de studiu vizate, deoarece cunoașterea legităților dezvoltării personalității, a proceselor cognitive, particularităților comportamentale ale persoanelor constituie fundamentarea teoretică și indică căile practice de integrare profesională eficientă a viitorilor specialiști.</p>						

	<p>Studiul fenomenelor psihologiei generale conduce la:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Cunoașterea cât mai adecvată a mecanismelor de declanșare, manifestare, dezvoltare a proceselor stărilor, însușirilor psihice a personalității umane. - Cunoașterea comportamentelor indivizilor în condițiile activităților profesionale. - Dobândirea de către viitorii specialiști a cunoștințelor utile pentru dezvoltarea imaginii pozitive despre sine și pentru aplicarea în întreaga activitate și viață a mecanismelor de autoreglare a stărilor psihocomportamentale.
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Competențe de învățare/de a învăța să înveți <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe acțional-strategice <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii ale activității umane. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția mediului ambiant. 4. Competențe digitale, în domeniul tehnologiilor informaționale și comunicaționale (TIC) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a utiliza în situații reale instrumentele cu acțiune digitală. • Competențe de a crea documente în domeniul comunicativ și informațional și a utiliza serviciile electronice, inclusiv rețeaua Internet, în situații reale. 5. Competențe interpersonale, civice, morale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p><u>La nivel de cunoaștere:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască concepte psihologice de bază și a importanței acestora pentru înțelegerea personalității și a relațiilor interpersonale. - să definească, să reproducă, conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studii (psihologia, procese psihice, procese psihice cognitive, stări psihice, însușiri psihice, personalitate, etc.); - să descrie procedeele și strategiile folosite pentru atingerea unor anumite scopuri educaționale; - să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei; - să precizeze obiectul de studiu al psihologiei pe baza argumentelor științifice și empirice; - să cunoască procesele psihice pe baza algoritmului de definire, precizând: conținutul informațional, funcțiile și structurile operaționale, modalitățile subiective și

comportamentale;

- să evidențieze specificul conștiinței, particularitățile din care rezultă că ea s este factorul principal al integrării informaționale și al reglajului;
- să utilizeze corect termenii specifici limbajului psihologic prin distingerea sensului lor de cel din limbajul comun;
- să recunoască, în context diferite, informații de ordin psihologic;
- să distingă elementele de unitate și diversitate psihologică a persoanelor;

La nivelul de aplicare:

- să stabilească rolul și importanța activității psihice în viața omului;
- să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională;
- să aplice procedee de antrenare, stimulare și dezvoltare a percepției, memoriei, atenției, gândirii, imaginației;
- să identifice interacțiunile dintre procesele psihice;
- să analizeze componentele personalității și modul lor de relaționare;
- să precizeze/analizeze interacțiunile dintre procesele psihice în conturarea sistemului de personalitate;
- să argumenteze rolul Eu-lui ca factor integrator al personalității;
- să stabilească raporturi între trăsăturile de personalitate și procesele psihice;
- să utilizeze cunoștințele de psihologie în realizarea autocaracterizării și caracterizării psihologice a colegilor, prietenilor etc;
- să realizeze analizele ale unor comportamente reale sau preluate din literatură, istorie, folosind adecvat limbajul psihologic;
- să elaboreze sinteze tematice, evidențiind domenii de aplicație practică a psihologiei;
- să analizeze manifestarea dimensiunilor personalității în contextul dinamicii de grup;
- să propună ipoteze personale pentru explicarea unor fenomene psihice;
- să emite judecăți de valoare asupra unor enunțuri cu conținut psihologic;
- să utilizeze strategii creative pentru rezolvarea unor probleme teoretice și practice.

La nivelul de integrare:

- să elaboreze obiective, conținuturi, strategii didactice în realizarea cadrului profesional în conformitate cu particularitățile psihologice;
- să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele, legitățile, particularitățile de dezvoltare.
- să aplice secvențe din psihologie în efectuarea cercetărilor științifice în domeniul educației fizice și sportului;
- să inițieze procese de psihodiagnostic, consiliere psihologică, psihoprofilaxie etc. în cazurile problema identificare în cadrul activității profesionale și celei sociale;
- să realizeze convorbiri, expuneri, caracterizări de factură psihologică și să realizeze adecvat la solicitările exprimate în limbaj psihologic;
- să manifeste receptivitate cunoașterea și comunicarea interpersonală;
- să precizeze contribuția psihologiei în procesul educației, în general, și în procesul propriei formări, în special.

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	Seminar	LI
1	Noțiuni generale despre psihologie. Importanța studierii psihologiei în procesul de formare profesională.	6	2	1	3
2	Psihicul uman.	6	2	1	3
3	Psihologia activității.	6	2	1	3
4	Procese psihice senzoriale: Senzațiile.	6	2	1	3
5	Procese psihice senzoriale: Percepția.	6	2	1	3
6	Procese psihice senzoriale: Reprezentarea.	6	2	1	3

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	7	Procese psihice cognitive superioare: Gândirea.	6	2	1	3
	8	Procese psihice cognitive superioare: Memoria;	6	2	1	3
	9	Procese psihice cognitive superioare: Limbajul, imaginația și creativitatea;	6	2	1	3
	10	Procese psihice afective.	6	2	1	3
	11	Procese psihice reglatorii: Voința. Motivația.	6	2	1	3
	12	Procese psihice reglatorii: Atenția.	6	2	1	3
	13	Sistemul de personalitate. Personalitatea	6	2	1	3
	14	Particularitățile psihologice ale personalității: Temperamentul.	6	2	1	3
	15	Particularitățile psihologice ale personalității: Caracterul. Aptitudinile.	6	2	1	3
Total			90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluare curentă				20%	
	Nota de la activitatea de prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe	1. Allport G. W., Structura și dezvoltarea personalității, București, Editura					

bibliografice	<p>Didactică și Pedagogică, 1991.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Bolboceanu A., Vrinceanu M., Ghid de psihologie, Chișinău, 1996. 3. Bonchiș, E., Secui, M., coord. – Psihologia vârstelor, Editura Universității din Oradea, 2004, p. 285 4. Bota A., Exerciții fizice pentru o viață activă. Activități motrice pentru timp liber. București: Cartea Universitară. 2006 Ciobanu C., Psihologia educației. Chișinău. 2006. 5. Cosmovici A., Psihologie generală. Iași: Polirom, 1996. 6. Dumitriu C., Psihologia educației. Bacău. 2014. 120 p. 7. Goleman D. Inteligența emoțională - București: Curtea Veche. 2001. 345 p. 8. Golu M., Dicu A. Introducere în psihologie, București, 1972. 9. Gonciaruc S. Domenii de formare profesională în asistență psihologică sportivă. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice”, 4 decembrie 2015. p. 36-41 10. Gonciaruc S. Lupuleac V. Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare.. Monografie. Valinex SRL. Chișinău. 2015. ISBN 978-9975-68-275-6 209 pagini. 11. Gonciaruc S. Strategii de învățare academică independentă la disciplinele psihopedagogice. În: Materialele Conferinței științifice internaționale studentești, ediția a XIX-a, 22 aprilie 2016, Chișinău USEFS. p. 42-46 12. Gonciaruc Sv. Rolul psihodiagnozei în pregătirea sportivă. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale „Probleme actuale privind perfecționarea sistemului de învățământ în domeniul culturii fizice, Chișinău: USEFS 14-15 noiembrie 2014.p. 535-540. 13. Gonciaruc Sv., Tofan Șt. Studiu privind determinarea particularităților anxietății la sportivi. În: Materialele conferinței științifice internaționale „Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice”, Ediția a XVIII-a Chișinău: USEFS 16-17 mai 2014 p.596-603. 14. Gonciaruc Sv., Dorgan V. Repere metodologice privind optimizarea procesului de pregătire psihologică precompetițională a sportivului în caz de apatie a startului. În: Revista Știința Culturii Fizice, nr. 18/2, 2014, p. 13-18. 15. Gonciaruc Sv. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015, p. 36-41. 16. Gonciaruc Sv., Leșcu Ar.. Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice. În: Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.
----------------------	---

Data completării: 01.09.2021

Razmireț Victoria



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1000.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Atletism					
Titularul cursului		Mruț I.D.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.03.O.18	Anul	II	Semestrul	II I
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	100	Studiu individual	50	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	20	2	78	50	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Atletism” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei ocupațională, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului turistic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul culturii fizice de recuperare de a utiliza elementele de exerciții fizice speciale și ajutoare din probe atletice desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale învățământului Kinetoterapie și Terapie Ocupațională ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul Culturii Fizice de Recuperare prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea bazelor cinematice și dinamice executării execuțiilor atletice, care va asigura buna desfășurare a formelor de kinetoterapie; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea</p>						

	<p>atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Culturii Fizice de recuperare.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare procesului de desfășurare procesului de recuperare prin aplicarea exercițiilor atletice; • Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice și sistemelor de recuperare condițiilor fizice și funcționale ale pacienților”; • Utilizarea metodologiilor de analiza a probelor atletice (caracteristici cinematice și dinamice exercițiilor de bază); • Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii perfecționării capacităților motrice combinate și complexe necesare pentru realizarea obiectivelor de bază ale culturii fizice de recuperare prin folosirea mijloacelor din domeniul atletismului; • Formarea culturii mișcărilor conform cerințelor probelor atletice <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul culturii fizice de recuperare; • Abordarea teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul culturii fizice de recuperare. • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul probelor atletice; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii în ceea ce privește secțiile și cercurile de orientare sportivă.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei și să reproducă conceptele cheie, noțiunile, definițiile disciplinei “Atletismul”; ▪ să identifice tipurile de hărți topografice și tipurile de busole folosite în orientare; ▪ să caracterizeze obiectivele, principiile, metodele și strategiile didactice ale disciplinei. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să analizeze, să generalizeze și să explice tehnica probelor de atletism: marș sportiv; alergări; sărituri; aruncări; poliatloane; <p>să cunoască metoda de desfășurare ședințele practice cu subiecții de diferite vârste cu diferite probleme funcționale ale organismului;</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască metoda de dezvoltare și perfecționare a calităților și capacităților motrice: forța, forța – viteza, viteza, rezistența, suplețea, îndemânarea. • să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în domeniul culturii fizice de recuperare. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și structura probelor atletice; ▪ să îmbine topografia și orientarea sportivă în procesul de pregătire;

	<ul style="list-style-type: none"> • să elaboreze obiective concrete, programe, regulamente, recomandări, folosind exercițiile de atletism în cadrul profesional din domeniu; ▪ să respecte particularitățile acestui gen de cultura fizică de recuperare. 						
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Practice/laborator	Seminare	LI
	1	Introducere în obiect. Istoria dezvoltării atletismului.					3
	2	Bazele tehnicii marșului sportiv și alergărilor.		3			
	3	Bazele tehnicii aruncărilor și săriturilor.		3			
	4	Organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.		3			
	5	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.		3			
	6	Metodica aprecierii indicilor FC prin Intervalomerta și Impulsometria		3	2		2
	7	Metodica aprecierii indicilor VSTP la îndeplinirea exercițiilor fizice		3	2	2	5
	8	Cauzele leziunilor și prevenirea acestora la efectuarea exercițiilor atletice		3			
	9	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale marșuritorului			2		
	10	Instruirea tehnicii marșului sportiv			3		2
	11	Instruirea tehnicii Mersului Nordic			2		3
	12	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale alergătorului			2		
	13	Instruirea tehnicii alergării de viteză			2		2
	14	Instruirea tehnicii alergării de semifond - fond			4		2
	15	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale alergătorului de garduri			2		2
	16	Instruirea tehnicii alergării de ștafetă			4		2
	17	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale săritorului în lungime			2		
	18	Famializarea cu tehnică Famializarea cu tehnică săriturii în lungime			4		2
	19	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale săritorului în înălțime			2		
	20	Famializarea cu tehnică săriturii în înălțime			2		2
	21	Famializarea cu tehnică săriturii triple			4		2
	22	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale aruncătorului greutateii			2		
	23	Famializarea cu tehnică aruncării greutateii			4		2
	24	Instruirea tehnicii exercițiilor ajutoare și speciale ale aruncătorului discului			2		
	25	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale aruncătorului discului			2		2
26	Instruirea tehnicii exercițiilor speciale și ajutoare ale aruncătorului suliței			2			
27	Famializarea cu tehnică aruncării suliței			4		2	

	28	Instruirea tehnicii mersului cu bastoane speciale pentru „Nordic Walking”			7		6
	29	Dezvoltarea calității motrice „forța”			4		2
	30	Dezvoltarea calității motrice „viteza”			4		2
	31	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”			4		2
	32	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”			4		2
	33	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”			2		
					20	80	50
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%		
	Nota pentru evaluarea finală				40%		
	Nota evaluarea curentă				20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%		
	Nota lucrul individual				20%		
Referințe	1. Atletismul. Metodica predării. Chișinău: Lumina, 1992.						

<p>bibliografice</p>	<p>Cometti G., factorii structurali și nervoși de la baza forței musculare și metode pentru dezvoltarea forței // Sportul de performanță, nr. 332. – M.T.S. – C.C.P.S., București, 1992. – P. 26-36.</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Calitățile motrice de bază (traducere). – Document INS, nr. 671/1969. Ce știm despre viteză. – C.N.E.F.S. – București, 1971. 3. Cecilia Gevat, Alin Larion „Lecții de atletism”. Constanța: Ovidius University Press, 2003. 4. Cometti G., Bazele științifice ale dezvoltării musculare – AEFA, 1987. – P. 39-58. 5. Diacikov V.M., Săriturile în atletism. – Tineretului, Cultură Fizică și Sport. – București, 1956. – P. 151. 6. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. Iași: PIM, 2008. 7. Dotti A., Nicolini I., Mijloace și metode pentru antrenamentul modern (traducere din limba italiană). – C.C.P.S., București, 1992. – P. 182-231. . 8. Dragnea A., Bota A. Teoria activităților motrice. – București: Didactică și Pedagogică, 1999. – P. 31-58. 9. Homenkov L.S., Atletism / (traducere). – Sport-Turism. – București, 1977. – P. 210-240. 10. Intervalometria. – Îndrumar metodic.- USEFS, Chișinău, 2009.- 64 p 11. Matveev L.P., Novicov A.D., Teoria și metodică educației fizice. – Sport-turism. – București, 1980. – P. 600. 12. Viru A.; T. Smirnova; L. Laaveots; K. Karelson. Dezvoltarea capacităților motrice / capacitățile motrice. – București, 2001. – P. 62-83. 13. Zațiorski V.M., Calitățile fizice ale sportivului (traducere). – C.N.E.F.S., Sectorul de documentare și informare științifică. – București, 1968. – P. 26-29. 14. Zilnicul sănătății și recuperării. – Îndrumar metodic.- USEFS, Chișinău, 2006.- 48 p. 15. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. Москва: ФиС, 1989. 16. Тренажеры и специальные упражнения в легкой атлетике. Под ред. В. Г. Алабина и М. П. Кривоносова. Москва: «ФиС», 1976.
-----------------------------	---

Data completării: 01.09.202

Mruț I.D.



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Metode și tehnici în kinetoterapie					
Titularul cursului		Agapii Eugeniu					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 03 O. 19	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Metode și tehnici în kinetoterapie</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie a procedurilor tehnice și implementarea metodelor în kinetoterapie în diferite ramuri ale recuperării.</p> <p>Tehnicile din Kinetoterapie au un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma un specialist activ și responsabil. În acest context, disciplina <i>Metode și tehnici în kinetoterapie</i> are menirea de a forma un specialist cu abilități de comunicare, de organizare a procesului de recuperare și aptitudini motrice de îndeplinire a tehnicilor de bază folosite în programele de reabilitare.</p> <p><i>Metode și tehnici în kinetoterapie</i> ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea 1001.1 Kinetoterapie și Terapie Ocupațională, cod S 03 O. 19 pe un număr de 180 ore. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 90 ore; lucru individual 90 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 8 ore – practice. Studiarea obiectului se finalizează cu examenul.</p> <p>Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de îndeplinit două evaluări, curentă și finală în săptămâna a 7 – a și a 14 – a din planul calendaristic.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; • Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitării medicale. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform statusului; 						

	<ul style="list-style-type: none"> • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării medicale. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei <i>Metode și tehnici în kinetoterapie</i>; ▪ Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ▪ De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Introducere în tehnici și metode în kinetoterapie	16	2	6	8
	2	Tehnici akinetice (imobilizarea și posturarea)	12	2	4	6
	3	Tehnici kinetice (statice și dinamice) în kinetoterapie	12	2	4	6
	4	Stretchingul	12	2	4	6
	5	Tehnici de Transfer	18	4	6	8
	6	Tehnici FNP pentru promovarea mobilității	12	2	4	6
	7	Tehnici FNP pentru promovarea mobilității controlate	6	2	2	2
	8	Metodele de relaxare	12	2	4	6
	9	Metode de facilitare neuro proprioreceptive	14	4	4	6
	10	Metode de educare neuromotorie	12	2	4	6
	11	Metode de reeducare neuromotorie	12	2	4	6
	12	Metode de reeducare posturală	12	2	4	6
	13	Metode de recuperare a afecțiunilor lombare	12	2	4	6
	14	Mecanoterapia, Scripetoterapia	12	2	4	6
15	Terapia ocupațională	6	2	2	2	
	Total		180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale metodelor și tehnicilor de recuperare kinetoterapeutice. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică.</p>					
	Evaluarea la disciplina Metode și tehnici în kinetoterapie se efectuează prin					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>evaluarea: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, conversație</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează sub formă de evaluări petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă /scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>1. Albu Constantin; Vlad Tiberiu-Leonard; Albu Adriana - Kinetoterapia pasivă. Editura „Polirom”, Iași, 2004, p.64.</p> <p>2. Cordun M. - Kinetologia medicală, București, 2000.</p> <p>3. Dumitru Dumitru - Ghid de reeducare funcțională. Editura „Sport-Turism, București 1981.</p> <p>4. Kiss I. Recuperare neuro-motorie prin mijloace kinetice, Ed. Medicală București, 1989.</p> <p>5. Marcu Vasile - Bazele teoretice și practice ale exercițiilor fizice în kinetoterapie Editura Universității din Oradea, 1997.</p> <p>6. Popescu, Roxana, Traistaru, Rodica, Badea, Petrica, Ghid de evaluare clinică și funcțională în recuperarea medicală, vol. II, Editura Medicală Universitară, Craiova 2004.</p> <p>7. Sbenge T. - Kinetologia medicală, București, 2005.</p> <p>8. Robănescu N. Reeducarea neuro-motorie, Ed. Medicală, București, 1992.</p> <p>9. Roland M., Morris R. A study of the natural history of low-back pain. Part I Development of a reliable and sensitive measure of disability in low-back pain. Spine 1983; 8: 141-144 (Appendices 1 and 2 pages 143-144).</p> <p>10. Vasile Marcu, Corina Matei, Facilitarea neuroproprioceptivă în asistența kinetică. Editura Universității Din Oradea, 2001, pag.109.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Agapii Eugeniu



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Masaj de remodelare corporală și SPA					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.03.A.20	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	-	30	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Masaj de remodelare corporală și SPA” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivul general al programului de studiu, care presupune formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul masajului capabili de a utiliza metodele și mijloacele masajului în cadrul activităților kinetoterapeutice desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiectivul cadru al programului de studiu ce prevede crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul kinetoterapiei prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea anatomiei, fiziologiei, ergofiziologiei, activității sportive, care va asigura buna desfășurare a formelor de masaj; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina</p>						

	<p>dată în an I.I, sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în efectuarea masajului în cadrul secțiilor de kinetoterapie a instituțiilor medicale, departamentale și private, în stațiuni balnear-sanatoriale, școli specializate, centre de reabilitare, cluburi sportive, fitness centre etc. Organizarea, planificarea și desfășurarea programelor kinetoterapeutice și conlucrarea în echipe multidisciplinare. • Conștientizarea importanței practicării activității eficiente de masaj în viața profesională și cea cotidiană. • Formarea și dezvoltarea competențelor necesare pentru autorealizare și obținerea succesului în activitatea profesională. • Acumularea stocului de cunoștințe și crearea valorii academice adăugate în domeniul masajului, care va servi drept bază pentru dezvoltarea personală și profesională. • Dezvoltarea competențelor de rezolvare a problemelor; spirit de inițiativă; gândire critică și strategică; competență de lucru în echipă; competență de învățare; creativitate. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de comunicare utilizând o limbă străină; competența de operare cu tehnologia informatică; înțelegerea pentru culturile și obiceiurile altor popoare 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ definiția științifică a masajului, scurt istoric, criteriile de clasificare a formelor de masaj, mecanismul acțiunii fiziologice a masajului asupra organismului; ▪ cerințele generale și condițiile materiale, necesare pentru aplicarea masajului; ▪ cerințele pentru cadrele de specialitate; ▪ identificarea etapelor ședinței și cursului de masaj, metodicii masajului la persoanele cu diferită stare a sănătății; ▪ identificarea indicațiilor și contraindicațiilor masajului; ▪ cunoașterea aspectelor generale (definiție, argumentarea fiziologică, manevrele, dozarea, indicațiile și contraindicațiile) a diverselor tipuri de masaj(segmentar, a țesutului conjunctiv, miofascial profund, periostal, auricular, presopuncturii, automasajului, masajului SPA). <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aplice schema examinării subiectului în vederea aplicării masajului și structurarea programului de intervenție în funcție de rezultatul acestea pe parcurs; ▪ să elaboreze un plan de utilizare rațională a mijloacelor ajutoare de masaj; ▪ să analizeze modalitățile de apreciere a eficienței aplicării masajului; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice necesitatea aplicării masajului în cadrul programului complex kinetoterapeutic de reabilitare; ▪ să explice necesitatea aplicării masajului în cadrul pregătirii sportivilor de performanță; ▪ capacitatea de a evalua activitățile zilnice a pacientului în procesul de reabilitare în baza unor criterii stabilite; ▪ să dobândească flexibilitatea și adaptabilitatea profesională în scopul selectării tehnicilor de masaj. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
	1	Introducere în masajul clasic și SPA	8	2	2	4
	2	Cerințele generale pentru aplicarea	8	2	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		masajului și SPA				
	3	Acțiunea fiziologică a masajului și SPA	8	2	2	4
	4	Indicațiile și contraindicațiile pentru aplicarea masajului și SPA	8	2	2	4
	5	Manevrele masajului clasic	8	2	2	4
	6	Masajul pe regiuni	8	2	2	4
	7	Masajul segmentar Evaluarea intermediară	8	2	2	4
	8	Masajul țesutului conjunctiv	8	2	2	4
	9	Masajul profund miofascial	8	2	2	4
	10	Masajul periostal	8	2	2	4
	11	Masajul tălpilor și mâinilor	8	2	2	4
	12	Masajul auricular	8	2	2	4
	13	Presopunctura	8	2	2	4
	14	Masajul SPA	8	2	2	4
	15	Automasajul Evaluarea finală	8	2	2	4
			Total	120	30	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lucrările practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, orală cu demonstrarea cunoștințelor teoretice și demonstrarea pe bancheta de masaj a gradului însușirii și calități efective a manevrelor de masaj și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în oral și demonstrare practică. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1. Caun E., Godorozea M., Gîrlea S., 2008, Masaj, curs universitar, USEFS, Chișinău.</p> <p>2. Caun E, Gimnastica medicală în ortopedie Masaj, Note de curs, USEFS, Chișinău.</p> <p>3. Sidenco L.,2003, Masajul în kinetoterapie,Editura fundației „România de Mâine”, București.</p> <p>4.Тюрин А.М., Васичкин В.И. Техника массажа, М., Медицина, 1986, 160 с.</p> <p>5.Массаж от классики до экзотики. Полная энциклопедия систем, видов, техник, методик. М., Эксмо, 2012. – 384 с.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Terapia durerii					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.03.A.21	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Terapia durerii” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivul general al programului de studiu, care presupune formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei capabili de a utiliza elementele de kinetoterapie desfășurate cu diverse contingente de persoane; • obiective cadru ale programului de studiu ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul recuperării prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea metodelor și mijloacelor kinetoterapiei; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespunde 4</p>						

	<p>credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>					
	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea metodelor și mijloacelor terapiei durerii în cadrul ședinței de kinetoterapie pentru pacienții de diferită vârstă și stare a sănătății; • Conștientizarea importanței practicării metodelor și tehnicilor terapiei durerii în viața profesională și cea cotidiană; • Formarea și dezvoltarea competențelor necesare pentru autorealizare și obținerea succeselor în activitatea profesională; • Acumularea stocului de cunoștințe și crearea valorii academice adăugate în domeniul terapiei durerii care va servi drept bază pentru dezvoltarea personală și profesională; • Dezvoltarea competențelor de rezolvare a problemelor; spirit de inițiativă; gândire critică și strategică; competența de lucru în echipă; competențe de învățare; creativitate. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de comunicare utilizând o limbă străină; competența de operare cu tehnologia informatică; înțelegerea pentru culturile și obiceiurile altor popoare. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să cunoască structurile anatomice implicate în mecanismul durerii; elementelor structurale ale pielii și funcțiilor receptorilor; elementelor de neuroanatomie ale durerii; elementelor de fiziologie și fiziopatologie a durerii; particularităților mecanismului durerii musculo-scheletale. ▪ Cunoașterea evaluării pacientului cu algie, anamnezii evaluării clinice obiective; abordării kinetoterapeutice a durerii prin tehnici kinetoterapeutice antalgice; ▪ Să cunoască abordări kinetoterapeutice a durerii prin masajul miofascial profund și masajul transversal profund-Cyriax. ▪ să cunoască tehnicile de facilitare neuroproprioceptivă (FNP); ▪ să cunoască tehnici de "Relaxare-Opunere" (RO) (tine-relaxează; (hold-relax); tehnicile miotensive specifice pentru terapia durerii; relaxarea postizometrică, inhibiția reciprocă indicată, contraindicații mușchii recomandați. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să elucideze suportul anatomic al durerii: segmentul de recepție, de conducere și de percepție. ▪ Efectuarea probelor de evaluare a dereglării vascularizării și inervației pielii; și evaluarea morfologică macroscopică a sistemului limfatic. ▪ Analiza aspectelor durerii acute, cronice, experimentale, sindromului cronic dureros, durerii funcționale (somatizarea durerii). ▪ Să aplice metodele evaluării durerii și evaluării clinice complexe al pacientului alergic. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să argumenteze necesitatea aplicării preventive a terapiei durerii pentru profilaxia complicațiilor cronice; 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
1		Structuri anatomice implicate în mecanismele durerii musculo-scheletale.	8	2	2	4
2		Pielea și elementele ei structurale.	8	2	2	4
3		Receptorii cutanați, structura, funcțiile.	8	2	2	4
4		Elemente de neuroanatomie a durerii.	8	2	2	4
5		Elemente de fiziologie și patofiziologie a durerii.	8	2	2	4
6		Particularități ale mecanismului durerii	8	2	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		musculo-scheletale.				
	7	Introducere in evaluarea pacientilor cu algii. Evaluarea intermediară I	8	2	2	4
	8	Abordarea kinetoterapeutica a durerii: tehnici kinetoterapeutice de bază, kinetoterapie pasivă, mobilizarea pasivă;	8	2	2	4
	9	tracțiunile, întinderile musculo-tendinoase, tehnicile manipulative;	8	2	2	4
	10	masaju profund miofascial;	8	2	2	4
	11	masajul transversal profund Cyriax;	8	2	2	4
	12	tehnicile de facilitare proprioceptivă (FNP), tracțiunea și compresiunea, contracțiile active contra rezistenței manuale;	8	2	2	4
	13	tehnica "Relaxare-Opunere" (RO)(tine-relaxează; hold-relax);	8	2	2	4
	14	Tehnicile miotensive specifice pentru terapiadurerii:relaxareapostizometrică, inhibitiareciprocă:indicatii,contraindicatii	8	2	2	4
	15	Tehnica actiunii asupra punctelor trigger. Evaluarea finală	8	2	2	4
		Total	120	30	30	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul</p>					

	<p>vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Albu C., Kinetoterapie pasiva, ed. POLIROM, Iasi, 2004. 2. Godorozea M., Agapie E., Pogorletchi A., Rosca V., Masajul terapeutic, USEFS, Chisinau, 2018, 120p. 3. Gropa S., Belii A. Durerea o problema globala, multidisciplinara, actuala. Academus, 2011; 4(23)/86-94. 4. Leon Maria Magdalena, Ostin Mingiu. Terapia durerii aspecte actuale. Tip. UMF GR. Popa, Iasi, 2014 282. ISBN 968-606-544-264-1. 5. Negrila Adriana, Manajamentul durerii in cabinetul de medicina scolara. Revista de medicina scolara si universitara, 2016, 3(1), p. 21-35. 6. Raveica Gabriela. Terapia durerii abordarea kinetoterapeutica. Curs pentru studentii specialitatii kinetoterapie si motricitate speciala. (accesat pe https://ru.scribd.com/document/73209005/Curs-Terapia-Durerii-Format-Nou). 7. Sandu L. Consideratii asupra durerii viscerale. Revista durerea. Vol. XXII, Nr2, 2013. 8. Sutcliffe Jenny. Remedii pentru dureri de spate- Bucuresti / Litera, 2013, 224p 9. EFIC. The Pain Management Core Curriculum for European Medical Schools. Version July 2013. Consultata online la 30.09.06.2015, www.europeanpainfederation.eu/wpcontent/uploads/2016/11/EFIC_Pain_Curriculum_17112016_RZ2_Screen.pdf 10. Marcu V. Facilitare proprioceptivă, ed. Univ. din Oradia, 2005. 11. Хабиров Ф.А., Хабиров Р.А. Мышечная боль. Тип., Татполиграф, Казань, 1995, 207 с. 	

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail



FIȘA
CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Teoria și metodică cultura fizică de recuperare					
Titularul cursului		Gheorghe Braniște					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.03.O.22	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Bazele teoretice ale culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btcf@mai.lru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	60	60	-	-	
Nota de prezentare	<p>Ca disciplină instructivă TMCF de recuperare se prezintă în calitate de obiect de studiu cu profil special, care asigură pregătirea multilaterală a studenților Facultății de Kinetoterapie cu cunoștințe teoretico-metodice și deprinderi practice pentru activitatea profesională ulterioară. Însușirea acestui obiect va contribui la formarea unor cunoștințe de specialitate ce țin de cunoașterea principiilor și metodicii de organizare și desfășurare a activităților de cultura fizică și de recuperare, stimularea gândirii creatoare a studenților etc. Toate acestea în ansamblu îi va permite viitorului specialist în domeniul să îmbine Cultura fizică de recuperare cu celelalte laturi ale educației generale și ale altor domenii tangențiale acestea să generalizeze experiența specialiștilor novatori, să însușească conceptele teoretico-științifice ale culturii fizice, să elaboreze noi căi de perfecționare a procesului instructiv-educativ-recuperator, să aplice în practică cele mai eficiente mijloace, metode și forme de practicare a exercițiilor fizice cu persoane cu diferite necesități speciale.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale: Cunoașterea noțiunilor de bază în procesul instructiv – educativ și de reabilitare în activitățile de recuperare; cunoașterea concepțiilor despre activitățile motrice umane de bază.</p> <p>Competențe generale în cunoașterea teoretică a tehnicilor și metodelor de lucru în kinetoterapie; cunoașterea prognostică a procesului dezvoltării și formării personalității în cadrul teoriei și metodologiei culturii fizice de recuperare.</p> <p>Cunoașterea noțiunilor de bază a terapiei ocupaționale și a metodelor de aplicare; cunoașterea bazelor teoretico-metodologice ale formării socio-profesionale a personalității specialistului și influențele educaționale asupra acestuia prin activitățile de recuperare.</p> <p>Capacitatea de a organiza și îndruma un grup de pacienți și de a lua decizii în acțiuni în</p>						

	<p>funcție de situațiile existente; cunoașterea formelor și genurilor de recuperare privind determinarea profesiografică a activităților de recuperare ale specialistului în Kinetoterapie.</p> <p>Competențe generale în limbajul de comunicare cu personalul medical și pacienții; cunoașterea bazelor teoretico-metodice ale cercetării științifice în domeniu; realizarea programelor și proiectelor de recuperare.</p> <p>Cunoașterea proceselor psihologopedagogice în formarea calităților și aptitudinilor umane.</p> <p>Cunoașterea strategiilor și tacticii activității educaționale, instructive din perspectiva activităților de recuperare a specialiștilor din domeniu.</p> <p>Realizarea principiului evaluării eficiente în realizarea strategiilor, scopurilor, obiectivelor procesului de recuperare în cadrul pregătirii profesionale a specialistului.</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>Capacitatea de înțelegere și distingere a diferenței dintre reabilitare, recuperare, kinetoterapie și gimnastica medicală; adaptarea conținuturilor educaționale ale culturii fizice în activitățile socio-profesionale.</p> <p>Cunoașterea și aplicarea principiilor psihopedagogice și de recuperare în procesul pregătirii specialistului pentru activitățile de recuperare.</p> <p>Cunoașterea legităților formării componentelor structurale ale activității profesionale în cadrul procesului de pregătire a specialistului pentru recuperare.</p> <p>A abilitatea de utilizare a tehnicilor și metodelor în practica kinetoterapeutică din cadrul clinicilor de reabilitare, spitalelor, sanatoriilor; înțelegerea aspectelor multiple ce țin de dezvoltarea și formarea funcțiilor necesare pentru realizarea activităților de recuperare etc.</p> <p>Capacitatea de proiectare didactică a procesului de pregătire a specialistului în cadrul realizării procesului de recuperare.</p> <p>Abilitatea de eficientizare procesului instructiv-educativ-recuperator prin introducerea tehnologiilor specifice profesiografice în procesul pregătirii specialistului pentru recuperare.</p> <p>Posedarea tehnologiilor de diagnosticare și de apreciere a proceselor formative în cadrul activităților educaționale orientate spre formarea competențelor de recuperare a personalității specialistului kinetoterapeut.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>Finalități de studii. La finele acestui curs studenții vor fi capabili:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască problemele actuale ale teoriei și metodologiei culturii fizice ca știință și obiect de studiu și educației pentru sănătate; - să caracterizeze educația fizică ca fenomen social și componentă a procesului educațional în instituțiile preuniversitare; - să definească noțiunile principale ale teoriei și metodicii culturii fizice ; - să cunoască și să respecte principiile sistemului de cultură fizică în cadrul activităților de educație fizică și sport; - să posede metodologia de operaționalizare a obiectivelor curriculare în cadrul activităților de educație fizică și sport; - să aplice mijloacele culturii fizice în diverse activități desfășurate cu copiii din învățământul preuniversitar în scopuri instructive și de asanare; - să opereze cu metodele de instruire în cadrul procesului de formare a sistemului de cunoștințe teoretice, priceperilor și deprinderilor motrice, dezvoltării calităților motrice; - să cunoască particularitățile anatomo-fiziologice, psihice și motrice de dezvoltare populației de diferite vârste; - să cunoască formele de organizare și desfășurare a activităților de educație fizică cu copiii din instituțiile preuniversitare; - să asimileze metodologia de proiectare a activității de educație fizică la toate nivelurile de învățământ; - să cunoască factorii ce determină starea de sănătate a elevilor; - să ducă sistematic evidență asupra stării de sănătate și comportamentului subiecților în procesul de organizare și desfășurare a activităților de educație fizică. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Curs 30	Semin ar	Lecții practic	Lucrul individua

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

			30	e/de laborator	1
1	NOȚIUNILE DE BAZĂ, SCOPUL, OBIECTIVELE ȘI STRUCTURA CFR	4	4		8
1.1	Noțiunile de bază, obiectivele și structura CFR	1	1		2
1.2	Indicațiile și contraindicațiile aplicării CFR	1	1		2
1.3	Mecanismele clinico-fiziologice de bază a acțiunii de tratare și recuperare a exercițiilor fizice	1	1		2
1.4	Mecanismele de formare a compensațiilor; Mecanismele de normalizare a funcțiilor	1	1		2
2	APARIȚIA ȘI EVOLUȚIA CFR	2	2		4
2.1	Răspândirea exercițiilor fizice în Epoca Antică.	1	1		2
2.2	Conceptul reabilitării bolnavilor și persoanelor cu handicap; Dezvoltarea CFR în fosta URSS	1	1		2
3	PLANIFICAREA ȘI PROIECTAREA ÎN CFR	2	2		4
3.1	Conceptul de proiectare didactică în CFR; Tipologia proiectării didactice - recuperatorie	1	1		2
3.2	Proiectarea lecției de recuperare; Algoritmii formării competențelor de proiectare a lecțiilor de recuperare	1	1		2
4	PRINCIPIILE PEDAGOGICO-DIDACTICE DE BAZĂ	2	2		4
4.1	Principiile pedagogico-didactice de bază ale CFR	1	1		2
4.2	Principiile recuperării metodice și fizice; Structurarea procesului de recuperare	1	1		2
5	MIJLOACELE DE BAZĂ ALE CFR	6	6		12
5.1	Mijloacele CFR aplicate în procesul de tratare și recuperare a bolilor, traumelor, afecțiunilor etc.	2	2		4
5.2	Modalități de descriere a exercițiilor fizice de recuperare	2	2		4
5.3	Conținutul și forma exercițiilor fizice de recuperare	2	2		4
6	CLASIFICAREA EXERCITIILOR FIZICE DE RECUPERARE	4	4		8
6.1	Exerciții de întremare generală și speciale. Indicii clasificării exercițiilor fizice.	1	1		2
6.2	Exerciții sportiv-aplicative. Exerciții de transmitere a impulsurilor.	1	1		2
6.3	Caracteristica energetică a exercițiilor fizice.	2	2		4
7	CERINȚELE DE BAZĂ PRIVIND APLICAREA EXERCITIILOR FIZICE ÎN PROCESUL DE RECUPERARE	4	4		8
7.1	Modalități de dozare ale efortului fizic	2	2		4

		în desfășurarea ședințelor de CFR				
	7.2	Metodici de instruire în dozarea exercițiilor fizice; Intensitatea exercițiilor fizice	2	2		4
	8	FORMELE ȘI METODELE DE BAZĂ ALE CFR	6	6		12
	8.1	Gimnastica igienică de dimineață. Executarea efortului acțional.	2	2		4
	8.2	Lecția (Ședința) de recuperare. Metodica de desfășurare a ședințelor de recuperare.	3	3		6
	8.3	Practicarea independentă a exercițiilor fizice. Forme de cultură fizică asanativă în masă.	1	1		2
	Total Ore 60		30	30		120
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe în domeniul culturii fizice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaborarea și prezentarea <i>comunicărilor scrise</i> cu conținut istoric referitor la un fenomen cultural dintr-o perioadă istorică; • Elaborarea <i>comunicărilor științifice</i> bazate pe diverse surse bibliografice de specialitate și prezentarea lor publică. • Organizarea <i>conferințelor științifice</i> privind anumite evenimente specifice educației fizice, sportului, kinetoterapiei și recreației; • Elaborarea unor <i>miniproiecte</i> privind perfecționarea și valorificarea fenomenului culturii fizice; • Organizarea și participarea la <i>discuții, mese rotunde sau conferințe</i> cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din istoria culturii fizice; • Participarea la <i>acțiuni de voluntariat</i> în instituțiile preuniversitare cu care colaborează USEFS. 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei activități. Se aplică prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șansa de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea obiectivelor.</p> <p>Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor practice, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>testări ale pregătirii tehnice individuale</i>, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la lecții practice				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
	<p>1. Aburel, E. – <i>Obstetrică și ginecologie</i>, Editura Medicală, București, 1962, p. 222 – 224</p> <p>2. Aldea, Marie-Jeanne și colab. – <i>Obstetrică fiziologică. Elemente de kinetoterapie</i>, Institutul European, Iasi, 1999, p. 86-87, p. 94 – 95, p. 102-103, p. 109</p>					

**Referințe
bibliografice**

3. Anderson, J. V., et al. (1998). *Position of the American Dietetic Association: the role of nutrition in health promotion and disease prevention programs*. J Am Diet Assoc 98(2): 205-8.
4. "American College of Sports Medicine position stand. Osteoporosis and exercise." Med SciSportsExerc 27(4): i-vii.
5. "American College of Sports Medicine Position Stand. Exercise and physical activity for older adults." Med Sci Sports Exerc 30(6): 992-1008.
6. American College of Sports Medicine. *ACSM's Guidelines for exercise testing and prescription*. 6th ed. Philadelphia, 6th ed. Philadelphia, Lippincott (2000). Williams & Wilkins.
257
7. Blair, S. N., et al. (1992). "How much physical activity is good for health?" Annu Rev Public Health 13: 99-126.
8. Ciobanu, M.; Munteanu, D.; Panșa, A.; Stamatianu, F. – *Relația dintre anxietate și dinamica uterină la naștere. Influența antrenamentului respirator asupra anxietății în sarcină și la naștere*, Revista Obstetrică Ginecologie – vol. XLII, nr. 4, oct – dec 1995, p. 60 – 64
9. Cristea, Călin; Lozincă, Izabela – *Principiile de kinetoterapie recuperatorie la vârsta a treia*, Editura Universității din Oradea, 1999
10. Dale, B.; Roebr, J. – *Exercises for Childbirth* – Copyright C – Frances Lincoln Limited 1982, 1991, p. 7 –10, p. 60 – 64 *The bastardization of Dr. Kegel's exercisex*, TABLE 2: „The Kegel pelvic muscle exercises: patient guidelines”, HTTP: // W.W.W. MEDSCAPE. COM/ QUADRAHT /HOSPITAL / MEDICINE /1999 / TAB-HM 3504.02 WEHL HTM
11. Nordahl, Karen; Kerr, S.; Petersen, C.: *Fit to deliver. An exercise program for you and your baby*, Fit to Deliver Inc., Canada, 2000 Paffenbarger, R. S., Jr., et al. (1984). "Exercise in the prevention of coronary heart disease." Prev Med 13(1): 3-22.
12. Serbescu, Carmen – *Kinetoprofilaxie primară. Biologia condiției fizice*, Ed. Universității din Oradea, 2000
13. Selby, Anna - *Pilates for pregnancy. Gentle and effective techniques for before and after birth*, Thorsons – An Imprint of HarperCollinsPublishers, 2002
14. Sbeghe, Tudor - *Kinesiologie, știința mișcării*, Ed. Medicală, Bucuresti, 2002
15. Warburton, D. E., et al. (2001). "The effects of changes in musculoskeletal fitness on health." Can J ApplPhysiol 26(2): 161-216.

Data completării: 01.09.2021
Gheorghe

BRANIȘTE

ANUL II, SEMESTRUL IV

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		FIZIOPATOLOGIA					
Titularul cursului		Erhan Ecaterina, Deleu Inga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 04 O.23	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina Sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări de laborator, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinasportiva @mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	30	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Fiziologia Patologică” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului kinetoterapeutic, presupun formarea specialiștilor cu o înaltă pregătire în domeniul fiziologiei patologice capabili de a cunoaște complexul de informații fundamentale despre modificările funcționării din organismul bolnav, care stabilește legile generale ale originii, apariției, evoluției și sfârșitului proceselor patologice; • obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul fiziologiei patologice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea datelor actuale esențiale, privind conceptele de sănătate și boală, cât și procesele ce stau la baza fenomenelor patologice. Viitorii specialiști trebuie să cunoască elementele esențiale ale maladiilor profesionale, să urmărească conceperea într-un nou mod a acestei discipline ca știință, în sensul abordării organismului ca sistem integru; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind 						

	<p>structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive. În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. IV, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în organizarea activității practice în domeniul kinetoterapiei în cadrul acordării diferitor servicii kinetoterapeutice la pacienții cu anumite stări patologice; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de acordare corectă a specialistului în restabilirea activităților motrice a pacienților; • Utilizarea metodologiilor de aplicare a conceptelor, procedurilor și metodelor folosite în fiziologia patologică pentru pregătirea specialistului de înaltă calificare; • Proiectarea unor lucrări de laborator, bazate pe utilizarea metodelor inovaționiste apărute în domeniul kinetoterapiei (ex.: „posibilitatea aplicării cunoștințelor din fiziologia patologică în acordarea ajutorului kinetoterapeutic unui pacient, aflat în stare de șoc”); • Susținerea și promovarea organizării întrunirilor specialiștilor din domeniul fiziologiei patologice și kinetoterapie; • Asigurarea unui management eficace al relațiilor din sfera fiziologiei și kinetoterapiei. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea regulilor de muncă riguroasă și eficientă, manifestarea unei atitudini responsabile față de domeniul fiziologiei patologice, respectarea principiilor și a normelor de etică profesională; • Desfășurarea eficientă și eficace a activităților organizate în echipă; • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională continuă în vederea adaptării competențelor profesionale și manageriale la dinamica domeniului și exigențele pieței de muncă. <p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să determine obiectul de studiu al disciplinei fiziologia patologică; • să identifice modificările funcționale din organismul bolnav; • să stabilească legile generale ale originii, apariției, evoluției și sfârșitului proceselor patologice; • să se identifice cele mai generale dereglări de la normă a activității celulei, organelor, sistemelor de organe și în general a organismului la boală; • să argumenteze dereglările funcționale ale diferitor sisteme; • să stingă legile apariției și evoluției unor procese patologice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să efectueze în condiții de laborator modelarea (reproducerea) pe animalele de laborator a unor procese patologice care atacă omul; • să stabilească corelația dintre cauzele și mecanismele de apariție a bolii; • să modeleze în experiențe acute procesele patologice de scurtă durată; • să efectueze experiențe cronice pentru a urmări în timp mai îndelungat activitatea vitală a organismului; • să compare specificul proceselor fiziologice la om și animale; • să se generalizeze bolile omului care nu pot fi reproduse în experiențele pe animale.

<p align="center">Finalități și performanțe la Fiziologia patologică curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să formuleze cele 2 forme de bază a procesului vital – boala și sănătatea; • să argumenteze norma sau sănătatea pentru om ca ființă socială; • să se anticipeze sfârșitul posibil al bolii în dependență de activitatea organelor și sistemelor de organe; • să se argumenteze importanța mediului extern în apariția bolilor; • să selecteze unele caractere generale ale organismului și a interacțiunii lui cu mediul ambiant în apariția bolilor; • să elaboreze un plan de acțiune în caz de diferite forme de hemoragii. 						
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				
			Total	Curs	Laborator	LI	
			8	2	3	3	
			11	1	2	8	
			10	2	4	4	
			9	1	2	6	
			10	2	4	4	
			12	2	4	6	
			8	2	4	2	
			12	2	4	6	
			10	1	3	6	
			Total	90	15	30	45
<p align="center">Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Se optează pentru construirea unei strategii adecvate intereselor studenților și nivelului lor de pregătire. În acest context se va aplica în mare parte strategiile euristice - de elaborare a cunoștințelor prin efort propriu de gândire, folosind problematizarea, descoperirea, modelarea, formularea de ipoteze, dialogul euristic, experimentul de investigare, asaltul de idei, având ca efect stimularea creativității. Strategiile didactice se vor realiza cu ajutorul metodelor de predare și învățare (informative și activ-participative, de studiu individual, de verificare și evaluare).</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicații, cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de</p>						

	grup, activități individuale.	
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> - Se realizează la începutul unității de învățare pentru a identifica capacitățile de învățare ale studenților, nivelul de pregătire al acestora etc. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Erhan Ecaterina, Deleu Inga., Modelul-algoritm de cercetare complexă a stării funcționale a organismului sportivilor-înotători. Congresul științific internațional : „SPORT, OLIMPISM,SĂNĂTATE,, ed. a V-a, 10-12 septembrie, 2020, p.135-141. Erhan Ecaterina, Deleu Inga. Studiul complexului de minerale din organismul sportivilor înotători de performanță.Congresul științific internațional „SPORT, OLIMPISM,SĂNĂTATE,, ed. a V-a, septembrie, 2020, p. 141-150. E.Erhan.I.Deleu, E.Dudnic Fiziologia patologică. Note de curs, Valinex, Chișinău, 2014, 270p. Fiziopatologie medicală. V.1. (Sub red. Prof. V.Lutan). Chișinău, 2012, 344p. Fiziopatologie medicală. V.2. (Sub red. Prof. V.Lutan). Chișinău, 2014, 254 p. Медицинская патофизиология. Т.1. (Sub red. Prof. V.Lutan). Chișinău, 2017, 378 p. Медицинская патофизиология. Т.2. (Sub red. Prof. V.Lutan). Chișinău, 2018, 369 p. Fiziopatologie medicală. Culegere de probleme situaționale. (Sub red. Prof. V.Lutan). Chișinău, 2015,189 p. Медицинская патофизиология. Сборник ситуационных задач. (Sub red. Prof. V.Lutan). Chișinău, 2008, 197 p. C. Hangan, E. Borș, T. Zorkina Fiziopatologie. Curs teoretic cu elemente de “Problem Based Learning”. Chișinău, 2008 L. Cobăleanschi, P. Cazacu, A. Iarovoi, A. Dovganschi Fiziopatologie. Lucrări practice. Chișinău, 1994,207 p. L. Cobăleanschi, P. Cazacu,V.Lutan, V. Țușco Dicționar explicativ fiziopatologic român-rus-francez. Chișinău, 1994, 148 p. P. Cazacu Fiziopatologie. 1000 teste la computer. Chișinău, 1998, 103 p. 	



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Anatomia funcțională și semiologia					
Titularul cursului		Moroșan Ion , Deleu Inga					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.04.O.24	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	5	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Medicină Sportivă	Numărul total de ore (pesemestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	medicinaspportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	-	45	75	
Nota de prezentare	<p>Anatomia funcțională ca disciplină se studiază la specialitatea de kinetoterapie și terapie ocupațională. Cursul se va preda studenților la ciclul I, anul II, semestrul de primăvară, care cuprinde 75 ore - contact direct, 75 ore lucru individual, dintre care 30 ore prelegeri și 45 de ore de laborator fiind repartizate câte 3 ore pe săptămână – 1 prelegere; 2 ore – practice. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de înfăptuirea două testări curente și un referat. Modernizarea Curriculumului la disciplina Anatomia funcțională este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculumului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <p>1. Cunoașterea, înțelegerea conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale anatomiei funcționale; utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. Descrierea conceptelor, teoriilor și noțiunilor fundamentale ale structurilor morfologice ale organismului uman, aplicate în înțelegerea și cunoașterea metodelor și tehnicilor de activitate profesională; cunoștințe generale de bază; cunoștințe de bază necesare specialității de cultură fizică de recuperare; capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite.</p> <p>2. Utilizarea (Integrare) cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului. - Formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; - Explicare și interpretare (explicarea și înțelegerea unor structuri anatomice, procese,</p>						

	<p>precum și a conținuturilor teoretice și practice ale anatomiei funcționale);</p> <ul style="list-style-type: none"> - Definierea termenilor de specialitate și formarea unui limbaj specific adecvat domeniului; - Identificarea nivelurilor de organizare structurală și funcțională a organismului și a conexiunilor dintre ele; - Cunoașterea topografiei și a raporturilor dintre diferite organe și sisteme de organe în ansamblul organismului; - Descrierea componentelor aparatului locomotor, a modului de alcătuire și a funcțiilor îndeplinite. - Evaluarea și selectarea a celor mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; - Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; - Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în recuperare. <p>3. Instrumental – aplicative (proiectarea, conducerea și evaluarea activităților practice specifice; utilizarea unor metode, tehnici și instrumente de investigare și de aplicare în domeniul anatomiei funcționale).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Capacitatea de organizare și planificare; - Capacitatea de evaluare și autoevaluare; - Abilități de cercetare; - cunoștințe generale de bază; - cunoștințe de bază necesare specialității de educație fizică; - capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. <i>Competențe acțional-strategice</i> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. 2. <i>Competențe interpersonale, civice, morale</i> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. - Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. - Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 3. <i>Competențe de autocunoaștere și autorealizare</i> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. - Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. - Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 4. <i>Competențe antreprenoriale</i> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a stăpâni cunoștințe și abilități de antreprenariat în condițiile economiei de piață în scopul autorealizării în domeniul recuperării. - Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <p>Cursul <i>Anatomia funcțională</i> are menirea de a asigura dobândirea de către studenți a unor cunoștințe fundamentale despre viscere, cavitățile corpului și morfologia funcțională a principalelor sisteme de organe.</p> <p><i>A. Cunoștințe.</i> Studentul va cunoaște:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice privind topografia și morfologia organelor interne ale organismului uman; • Formarea bazei teoretice pentru însușirea ulterioară a disciplinelor medico-biologice (fiziologia, biomecanica etc.) <p><i>B. Capacități.</i> Studentul va performa:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea deprinderilor de a folosi cunoștințele din domeniul anatomiei funcționale în activitatea practică .

	<p><i>C. Atitudini</i> Studentul va manifesta:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Formarea competențelor teoretice privind legitățile de creștere și dezvoltare a organismului uman, adaptarea acestuia în diverse situații patologice. • Formarea bazei teoretice pentru însușirea ulterioară a disciplinelor medico-biologice (fiziologia, biomecanica). 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Corpul uman ca un tot unitar. Caracteristica morfo-funcțională a aparatului locomotor. Evoluția ontogenetică a mișcării.	12	2	2	6
	2	Mecanismele generale de locomoție. Forțele interne ale locomoției. Forțele externe ale locomoției. Deprinderile motorii complexe.	12	2	3	6
	3	Dinamica coloanei vertebrale. Caracteristica morfo-funcțională a coloanei vertebrale. Mișcările coloanei vertebrale. Mișcările capului.	8	2	3	4
	4	Dinamica centurii scapulare. Structura morfo-funcțională a articulațiilor. Mișcările la nivelul centurii scapulare	16	2	3	4
	5	Dinamica membrului superior. Structura morfo-funcțională a articulațiilor membrului superior. Caracteristica mișcărilor în articulația umărului. Caracteristica mișcărilor în articulația cotului și mâinii.	8	2	4	5
	6	Caracteristica centurii pelviene. Structura morfo-funcțională a centurii pelviene. Mișcările centurii pelviene.	8	2	4	4
	7	Evaluarea I	8	-	2	
	8	Dinamica membrului inferior. Structura morfo-funcțională a articulațiilor membrului inferior. Mișcările în articulația coxofemurală. Mișcările în articulația genunchiului. Mișcările în articulația talo-crurală.	16	2	4	8
	9	Caracteristica generală a posturii. Tipul constituțional. Fazele mersului. Noțiuni generale în semiologie. Anamneza, inspecția, palpația, percuția, auscultația	16	2	3	10
	10	Semiologia țesutului osos. Principalele entități patologice. Osteomielita, rahitismul, osteoporoza, tumorile osoase.	16	4	3	8
11	Semiologia mușchilor striati. Examenul obiectiv, fizic Principalele explorări paraclinice. Elementele de patologie.	16	4	4	8	
12	Semiologia articulațiilor. Examenul obiectiv, fizic. Principalele explorări paraclinice. Elementele de patologie.	12	2	2	6	

	13	Semiologia coloanei vertebrale. Patologia coloanei vertebrale Examenul obiectiv, fizic. Principalele explorări paraclinice	16	2	3	10
	14	Determinarea dimensiunilor antropometrice. reumatismală	8	2	3	4
	15	Evaluarea II	8	-	2	
	Total		150	30	45	75
Strategii de predare&învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>BIBLIOGRAFE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Baci Gh.S.. Anatomia și morfologia sportivă. Chișinău, 1993. 283 p. 2. Baci Gh.S. Bazele morfologiei de vârstă și adaptării sportive (material didactic). Chișinău, 1987, 76 pag. 3. Cezar Th.Niculescu, Racu Cîrmaciu, Bogdan Voiculescu. Anatomia și fiziologia omului, București: Corint 2009. 4. Peter Abrahams. Atlasul corpului uman : structura și funcțiile organismului, Bucuresti: Corint, 2011. 5. V. Ranga, T. Șeicar, Fl. Alexe., Anatomia omului, editura Kullusys 					

- 6 . V. Ranga, Dr.I. Teodorescu Exarcu. Anatomia și fiziologia omului, Editura medicală- București- 1970
7. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Anatomia omului (*culegere de cursuri pentru Facultatea Farmacie*). Chișinău, 2015, 399 p.
8. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. I. Aparatul de susținere și mișcare (*culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină*). Chișinău, 2011, 264 p.
9. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. II. Sistemul Nervos central. Splanhnologie (*culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină*). Chișinău, 2015, 340 p.
10. Catereniuc I., Lupașcu T. et al. Vol. III. Sistemele cardiovasculare, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale (*culegere de cursuri pentru Facultatea Medicină*). Chișinău, 2015, 426 p.
11. Catereniuc I., Lupașcu T., Babuci A., Zorin Z., Bendelic A. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. II. Sistemul nervos central. Splanhnologie. Chișinău, 2015, 267 pag.
12. Catereniuc I., Lupașcu T., Babuci A., Zorina Z., Bendelic A. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. III. Sistemele cardiovasculare, limfatic, nervos periferic și organele senzoriale. Chișinău, 2015, 264 p.
13. Catereniuc I., Lupașcu T., Ștefanet M., Batâr D. et al. Culegere de teste și probleme de situație la anatomia omului. I. Aparatul locomotor. Chișinău, 2014, 176 p.
14. Catereniuc I., Lupașcu T., Tașnic M. et al. Culegere de scheme la anatomia omului / Сборник схем по анатомии человека / Collection of schemes for human anatomy. Ed. a V-a (revăzută și completată). Chișinău, 2014, 256 p.
15. Lupașcu T., Catereniuc I., Globa L., Batâr D., Babuci A., Bendelic A. (sub red. Catereniuc I., Lupașcu T.).
Lucrări practice la Anatomia Omului / *Notebook for Practical work at Human Anatomy* / Практические занятия по анатомии человека (Ghid pentru autoinstruire / *Guide for self-studying* / Пособие по само подготовке). Ed. a IX-a trilingvă (revăzută și completată). I. Aparatul locomotor. Viscere. / I. *Locomotor Apparatus. Internal organs.* / I. Опорно-двигательный аппарат. Внутренние органы. Chișinău, 2016, 320 p.
16. Ștefanet M. Anatomia omului. Vol. I, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P *Medicina*, 2007, 2014
17. Ștefanet M. Anatomia omului. Vol. II, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P *Medicina*, 2008, 2015
18. Ștefanet M. Anatomia omului. Vol. III, ed. 2 (revăzută și completată). Ch.: CE-P *Medicina*/Типография Sirius SRL, 2010, 2016.

Data completării: 01.09.2021

Moroșan Ion

Deleu Inga

Dorgan

Victoria



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Masaj terapeutic					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.04.O.25	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	15	-	75	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Masaj terapeutic” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivul general al programului de studiu, care presupune formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul masajului terapeutic capabili de a utiliza metodele și mijloacele masajului în cadrul activităților kinetoterapeutice desfășurate cu pacienți care suferă de diverse afecțiuni sau traumatisme ; • obiective cadru ale programului de studiu ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul kinetoterapiei prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea etiopatogenezei, clinicii, metodelor de evaluare și tratament de reabilitare kinetoterapeutică a pacienților cu aplicarea metodicii specifice pentru fiecare patologie a masajului terapeutic în asociere cu baleofizioproceduri și alte mijloace și forme ale kinetoterapiei. • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor</p>						

	<p>pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I.I, sem. IV, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul kinetoterapiei</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în efectuarea masajului în cadrul secțiilor de kinetoterapie a instituțiilor medicale, departamentale și private, în stațiuni balnear-sanatoriale, școli specializate, centre de reabilitare, cluburi sportive, fitness centre etc. Organizarea, planificarea și desfășurarea programelor complexe kinetoterapeutice și conlucrarea în echipe multidisciplinare. • Conștientizarea importanței practicării activității eficiente de masaj în viața profesională și cea cotidiană. • Formarea și dezvoltarea competențelor necesare pentru autorealizare și obținerea succesului în activitatea profesională. • Acumularea stocului de cunoștințe și crearea valorii academice adăugate în domeniul masajului, care va servi drept bază pentru dezvoltarea personală și profesională. • Dezvoltarea competențelor de rezolvare a problemelor; spirit de inițiativă; gândire critică și strategică; competență de lucru în echipă; competență de învățare; creativitate. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Competența de comunicare utilizând o limbă străină; competența de operare cu tehnologia informatică; înțelegerea pentru culturile și obiceiurile altor popoare
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să cunoască tehnica tipurilor de masaj terapeutic, mecanismul influenței terapeutice a manevrelor și procedurilor masajului și altor mijloace a reabilitării fizice asupra organismului; ▪ metodica specifică de îndeplinire a ședințelor de masaj terapeutic pentru fiecare patologie a sistemelor și organelor; ▪ mecanismul refacerii și compensării funcțiilor dereglate și utilizării masajului în cadrul tratamentului complex și reabilitării în cazul celor mai răspândite stări patologice; ▪ utilizarea practică a complexelor specializate de masaj în diferite, boli, traumatisme, dereglări funcționale la persoanele cu dereglări în starea sănătății; ▪ metodica masajului sportiv în cadrul sportului de performanță și în reabilitarea sportivilor în caz de supraantrenare, supraîncordare și distrofie a miocardului; ▪ cunoașterea particularităților masajului terapeutic în complexul metodelor de reabilitare intensivă în cadrul patologiilor și traumatismelor sportivilor de performanță. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aplice schema examinării subiectului în vederea aplicării masajului și structurarea programului de intervenție în funcție de rezultatul acestuia pe parcurs; ▪ să elaboreze un plan de utilizare rațională a mijloacelor ajutoare de masaj; ▪ să analizeze modalitățile de apreciere a eficienței aplicării masajului; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice necesitatea aplicării masajului în cadrul programului complex kinetoterapeutic de reabilitare; ▪ să explice necesitatea aplicării masajului în cadrul pregătirii sportivilor de performanță; ▪ capacitatea de a evalua activitățile zilnice a pacientului în procesul de reabilitare în baza unor criterii stabilite; ▪ să dobândească flexibilitatea și adaptabilitatea profesională în scopul selectării

tehniciilor de masaj.						
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Bazele generale ale masajului terapeutic	12	2	4	6
	2	Aplicarea masajului în afecțiunile aparatului locomotor	12	2	4	6
	3	Masajul în afecțiunile cronice ale aparatului articular	12	2	4	6
	4	Masajul în spondiloza cervicală și lombosacrală	12	2	4	6
	5	Masajul în dereglările atitudinii	12	2	4	6
	6	Masajul în afecțiunile sistemului cardiovascular	12	2	4	6
	7	Masajul în afecțiunile sistemului respirator Evaluarea intrmediară	12	2	4	6
	8	Metodica masajului în afecțiunile sistemului digestiv și metabolic	12	1	5	6
	9	Masajul în afecțiunile sistemului nervos periferic	12		6	6
	10	Masajul în afecțiunile sistemului nervos central	12		6	6
	11	Asocierea varietăților masajului punctiform în tratamentul maladiilor și dereglărilor funcționale	12		6	6
	12	Metodica masajului copilului	12		6	6
	13	Metodica masajului femeii pre și post partum	12		6	6
	14	Masajul sportiv	12		6	6
	15	Masajul sportivilor juniori, femeilor, persoanelor în etate Evaluarea finală	12		6	6
	Total		180	15	75	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lucrările practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, orală cu demonstrarea</p>					

Strategii de evaluare	<p>cunoștințelor teoretice și demonstrarea pe bancheta de masaj a gradului însușirii și calități efective a manevrelor de masaj și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în oral și demonstrare practică. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Caun E., Godorozea M., Gîrlea S., 2008, Masaj, curs universitar, USEFS, Chișinău. 2. Caun E, Gimnastica medicală în ortopedie Masaj, Note de curs, USEFS, Chișinău. 3. Sidenco L.,2003, Masajul în kinetoterapie,Editura fundației „România de Măine”, București. 4.I. Dragan, N. Eremia, D. Petrescu, P. Bendi, G. Untea., Masaj. Automasaj. Refacere. Recuperare, Editura Cucuteni, București, 1995, 127 p. 5.M. Godorozea, E.Agapii, A.Pogorlețchi, V.Roșca. Masajul terapeutic. Ghid metodic pentru lucrări practice. Pentru studenții facultății de kinetoterapie. Chișinău, USEFS, 2018, 120 p. 6. Белая Н.А. Лечебная физкультура и массаж,М.:Советский спорт,2001,304 с. 7. Бирюков А.А. Лечебный массаж. М.: Академия, 2004. 368 с. 8. Большая книга массажа. Под ред. Нестерова Д.В. – М.: АСТ, 2007. – 225 с. 9.Куничев Л.Ф. Лечебный массаж, Киев.: Выща шк., 1990.-288 с. 10. Епифанов В.А. Атлас профессионального массажа.-М.: Эксмо, 2010 – 384 с. 	

Data completării: 01.09.221

Godorozea Mihail



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în afecțiunile ortopedice și traumatologie					
Titularul cursului		Zavalisca Aurica					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.04.O.26	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	60	-	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Kinetoterapia în afecțiunile ortopedice și traumatologie.” este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în Kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculumului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu /sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viață. Fișa disciplinei este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</p> <ul style="list-style-type: none"> - obiective cadru ale programului de studiu ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în ortopedie și traumatologie; - obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. Întru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective: - acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul ortopediei și traumatologiei, inclusiv elementele componente ale kinetoterapiei; - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - implicarea kinetoterapiei în tratamentul complex, pornind de la faptul că tehnicile kinetoterapeutice în acest domeniu abordează unele metode care presupun akinezia, imobilizarea sau repausul; - formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare; - - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a bolnavilor cu afecțiuni ortopedice sau posttraumatice; - determinarea diagnosticului clinic pentru stabilirea scopului și sarcinilor programului de recuperare a pacientului cu afecțiuni ortopedice; 						

	<p>- evaluare corectă a evoluției pacientului în procesul de recuperare;</p> <p>- elaborarea unui program de recuperare și formarea deprinderilor practice de reabilitare a pacienților cu scolioze, lordoze, cifoze, platipodie și alte afecțiuni ale aparatului locomotor.</p>							
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>- Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre evaluarea pacientului și recuperarea kinetoterapeutică.</p> <p>- Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din domeniul ortopediei și traumatologiei.</p> <p>- Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie;</p> <p>- Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații.</p> <p>- Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera reabilitării.</p> <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>- Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Kinetoterapia în afecțiunile ortopedice și traumatologice;</p> <p>- particularitățile kinetoterapiei în reabilitarea pacienților posttraumatici;</p> <p>- efectele efortului fizic asupra sistemului locomotor;</p> <p>- metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni ale aparatului locomotor;</p>							
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Noțiuni generale în domeniul disciplinei studiate; - elemente de anatomie și fiziologie a sistemului locomotor în afecțiunile ortopedice și traumatologice; - efectele efortului fizic asupra sistemului locomotor în afecțiunile ortopedice și traumatologice; - efectele antrenamentului fizic asupra aparatului locomotor; - evaluarea capacității la efort și a performanței pacientului cu afecțiuni ortopedice și traumatologice; - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni ale aparatului locomotor; - recuperarea în perioada preoperatorie și postoperatorie; - principiile de tratament, recuperare și profilaxie a pacienților cu afecțiuni . <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de aplicare a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei în ortopedie; - perceperea efectelor efortului fizic asupra aparatului locomotor ; - formarea abilităților de evaluare a capacității la efort și a performanței căpătate; - formarea deprinderilor de elaborare a unui program kinetic corect de lucru. - să aplice mijloacele și formele de lucru ale kinetoterapiei în lucrul cu pacienții cu afecțiuni ortopedice; <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - responsabilitate în decizii și acțiuni; - vor dezvolta capacității de aplicare a tratamentului diferențiat în funcție de natura patologiei. - să realizeze diverse etape ale recuperării conform regimului locomotor al pacientului; - să realizeze obiective privind recuperarea pacienților cu diverse afecțiuni ortopedice; 							
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%;">Total</td> <td style="width: 25%;">Curs</td> <td style="width: 25%;">Seminar</td> <td style="width: 25%;">LI</td> </tr> </table>		Total	Curs	Seminar	LI
Total	Curs	Seminar	LI					

Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	1	Bazele generale ale ortopediei și traumatologiei.	8	2	2	4
	2	Evaluarea atitudinilor particulare ale aparatului locomotor..	8	2	2	4
	3	Kinetoterapia în deficiențele de atitudine.	8	2	2	4
	4	Kinetoterapia în deficiențele de atitudine cu mărirea curburilor fiziologice.	12	2	4	6
	5	Etiologia și patogeneza scoliozei.	8	2	2	4
	6	Clinica bolii scoliotice.	12	2	4	6
	7	Evaluarea kinetoterapeutică și tratamentul bolii scoliotice.	12	2	4	6
	8	Evaluarea intermediara I	8	-	4	4
	9	Introducere în problematica actuala a recuperării torticolisului.	8	2	2	4
	10	Kinetoterapia în deficiențele membrului inferior..	16	2	6	8
	11	Recuperarea kinetoterapeutică a bolnavilor cu displasie coxo femorală.	12	2	4	6
	12	Kinetoterapia în platipodie.	12	2	4	6
	13	Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii după traumatismele aparatului locomotor.	16	4	4	8
	14	Particularități de abordare kinetoterapeutică a traumelor coloanei vertebrale.	16	2	6	8
	15	Kinetoterapia în amputația membrului superior și a membrului inferior.	16	2	6	8
	16	Evaluarea finala II	8	-	4	4
		Total		180	30	60
Strategii de predare/ învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ.</p> <p>Seminarul / lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare /lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea</p>					

	<p>progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Baciu Clement ” Kinetoterapie pre- și postrecuperatorie”. Bucuresti, 1981. 2. Caun E. ”Kinetoterapie în ortopedie. Curs de lectii”. Chisinau, 1999. 3. Caun E. ”Masajul. Curs de lectii”. Chisinau, 1999. 4. Попов С.Н. ”Лечебная физическая культура”. Москва, 2004. 5. Zavalișca A. „Gimnastica medicală”. Chișinău, 2014. 6. Gornea, F. „Ortopedie și traumatologie” ediția a II-a. Chișinău: Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, 2010. 7. S Benghe, T. „Recuperarea medicală a sechelelor posttraumatice ale membrilor”. București: Editura Medicală, 1981 8. Stamatina, S., Marina, I. „Traumatologie și ortopedie”, Chișinău: Editura Universitas, 1993. 9. Корнилов Н. В., Грязнухин Э.Г. Травматология и ортопедия. Руководство для врачей в 4-х томах. Том 2//С.-П., «Гиппократ».- 2005.-892 с. 10. Смирнова Л.А., Шумада И.В. Травматология и ортопедия. Практические занятия// Киев.- «Вища школа».- 1982.-352с. 11. Sava P. Ghid de implementare al curriculumului modernizat pentru treapta liceală. Chișinău: Editura Cartier SRL, 2012. 12. Sidenco E.-L. Coloana Vertebrală și membrele inferioare. București Editura fundației România de mîine, 2003. 196 p. 13. Todea S. F. Exercițiul fizic în educația fizică, sport și kinetoterapie. București: Editura Fundației România de mîine, 2009. 280 p. 	

Data completării: 01.09.2021

Zavalișca Aurica

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în afecțiunile reumatologice					
Titularul cursului		Zavalîșca Aurica					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.04.O.27	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	45	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii "Kinetoterapia în afecțiunile reumatologice" determină un volum de cunoștințe teoretice și deprinderi practice necesare specialiștilor în domeniul recuperării. Kinetoterapia în afecțiunile reumatologice - ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea 1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională.</p> <p>Modernizarea Fișei la disciplina Kinetoterapia în afecțiunile reumatologice este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în Kinetoterapie și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor, eliminarea erorilor produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea curriculumului din perspectiva trecerii de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p> <p>- obiective cadru ale învățământului kinetoterapeutic ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul serviciilor publice prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea noțiunilor de bază în reabilitarea medicală, care va asigura buna desfășurare a formelor kinetoterapiei;</p> <p>- obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii.</p> <p>Intru realizarea scopului general pot fi înaintate următoarele obiective:</p> <p>- acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul disciplinei studiate, inclusiv elementele componente ale kinetoterapiei;</p> <p>- implicarea kinetoterapiei în tratamentul complex, pornind de la faptul că tehnicile kinetoterapeutice în acest domeniu abordează unele metode care presupun akinezia, imobilizarea sau repausul;</p> <p>- formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare-recuperare a pacientului reumatic;</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> - însușirea folosirii corecte a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - studierea etapelor și însușirea metodelor de reabilitare a bolnavilor reumatici; - determinarea diagnosticului clinic pentru stabilirea scopului și sarcinilor programului de recuperare; - evaluare corectă a evoluției pacientului reumatic; - elaborarea unui program de recuperare și formarea deprinderilor practice de reabilitare a elevilor cu afecțiuni ale aparatului locomotor. 					
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre evaluare și recuperarea în reumatologie. - Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din domeniul reumatologiei. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de reabilitare. - Asigurarea unui management eficace al relațiilor din cadrul organizațiilor comerciale și necomerciale din sfera reabilitării. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Kinetoterapia în afecțiuni reumatice; - particularitățile kinetoterapiei ca metodă de tratament al pacientului reumatic; - efectele efortului fizic asupra sistemului mioartrokinetic; - efectele antrenamentului fizic asupra aparatului locomotor; - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în afecțiuni reumatice; 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Kinetoterapia în afecțiuni reumatice; - particularitățile kinetoterapiei ca metodă de tratament a pacientului reumatic; - Tehnici și mecanisme de diagnostic in artrozele de picior. - Să cunoască kinetoterapia în afecțiunile reumatice ale coloanei vertebrale. - Să cunoască kinetoterapia în afecțiunile reumatologice coxo-femorale. - Să cunoască kinetoterapia în afecțiunile patologiilor articulare. - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni ale aparatului locomotor; - principiile de tratament, recuperare și profilaxie a pacienților cu afecțiuni musculare. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de aplicare a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - perceperea efectelor efortului fizic asupra aparatului locomotor ; - formarea abilităților de evaluare a capacității la efort a pacientului reumatic; - formarea deprinderilor de elaborare a unui program kinetic de lucru pentru pacientul reumatic. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să realizeze diverse etape ale recuperării conform regimului locomotor; - să realizeze obiective privind recuperarea pacienților cu afecțiuni reumatice; - responsabilitate în decizii și acțiunile kinetoterapeutului; - vor dezvolta capacității de aplicare a tratamentului diferențiat în funcție de natura patologiei. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1.	Bazele generale ale reumatologiei.	8	2	2	4
	2.	Kinetoterapia în poliartritele reumatoide.	8	1	3	4
	3.	Evaluarea atitudinilor particulare ale mâinii reumatice.	6	1	2	3
	4.	Tehnici de recuperare a afecțiunilor de picior;coxartroza.	10	1	4	5
	5.	Tehnicile kinetice și akinetice în tratarea	6	1	2	3

Tematica și repartizarea orelor la curs / modul		gonartrozei.					
	6.	Kinetoterapia în afecțiunile reumatologice ale coloanei vertebrale.	10	1	4	5	
	7.	Evaluarea kinetoterapeutică și tratamentul în caz de spondelita anchilozantă.	6	1	2	3	
	8.	Evaluarea intermediara I	4	-	2	2	
	9.	Tehnicile de recuperare în cazul periartritei scapulo-humerală.	14	1	6	7	
	10.	Tehnicile kinetice și akinetice în tratarea artritelor.	6	1	2	3	
	11.	Recuperarea kinetoterapeutică a bolnavilor cu gută,condrocalcinoze.	6	1	2	3	
	12.	Kinetoterapia în condrocalcinoze.	6	1	2	3	
	13.	Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii în afecțiunile microcristalice.	10	1	4	5	
	14.	Particularități de abordare kinetoterapeutică în sindroame dureroase .	10	1	4	5	
	15.	Kinetoterapia in sindroame dureroase reumatice ale țesuturilor moi.	6	1	2	3	
	16.	Evaluarea finala II	4	-	2	2	
		Total	120	15	45	60	
	Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
		Nota finală			100%		

Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Zavalîșca A., Gimnastica medicală, Chișinău, editura Pontus 2016, 340 p. 2. Baciuc Clement ” Kinetoterapie pre- și postrecuperatorie”. București, 1981. 3. Caun E. ”Kinetoterapie în ortopedie. Curs de lectii”. Chișinău, 1999. 4. Caun E. ”Masajul. Curs de lecții”. Chișinău, 1999. 5. Попов С.Н. ”Лечебная физическая культура”. Москва, 2004. 6. Gornea, F. „Ortopedie și traumatologie” ediția a II-a. Chișinău: Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, 2010. 7. Sbenche, T. „Recuperarea medicală a sechelelor posttraumatice ale membrilor”. București: Editura Medicală, 1981 8. Stamatina, S., Marin, I. „Traumatologie și ortopedie”, Chișinău: Editura Universitas, 1993. 9. Корнилов Н. В., Грязнухин Э.Г. Травматология и ортопедия. Руководство для врачей в 4-х томах. Том 2//С.-П., «Гиппократ».- 2005.-892 с. 10. Смирнова Л.А., Шумада И.В. Травматология и ортопедия. Практические занятия// Киев.- «Вища школа».- 1982.-352с. 11. Gornea, F. „Reumatologie” ediția a II-a. Chișinău: Centrul Editorial-Poligrafic Medicina, 2010. 	

Data completării: 01.09.2021

Zavalîșca Aurica

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001.1 KINETOTERAPIE ȘI TERAPIE OCUPAȚIONALĂ					
Denumirea cursului		Jocuri dinamice/ Tenis de masă					
Titularul cursului		Mocrousov Elena, dr. habilitat în științe ale educației, conf. univ. Bragarenco Nicolae, dr. în științe ale educației, conf. univ.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 04 O. 28	Anul	II	Semestrul	4
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact Direct		60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Teoria și Metodica Jocurilor	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedratmj@gmail .com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	16	-	44	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Jocuri dinamice/ Tenis de masă” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul educației fizice și sportului, în cadrul Facultății Sport a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina „Jocuri dinamice/Tenis de masă” prin obiectivele și conținuturile didactice programate, prevede acumularea cunoștințelor teoretice, formarea deprinderilor motrice generale și utilitar-aplicative, însușirea metodicii predării jocurilor dinamice și a formării deprinderilor motrice specifice din tenisul de masă, precum și formarea deprinderilor profesional-organizatorice necesare pentru activitatea viitorului specialist în domeniu, dar și a activităților recreativ-compensatorii.</p> <p>Curriculumul „Jocuri dinamice/ Tenis de masă” este elaborat în conformitate cu cerințele actuale ale învățământului formativ ce asigură realizarea obiectivelor educaționale și a conținuturilor didactice și, în ansamblu, contribuie la formarea competențelor profesionale în domeniul studiat.</p> <p><i>Obiectivele generale ale disciplinei:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Facilitarea integrării sociale a personalității studentului prin crearea condițiilor favorabile pentru dezvoltarea și realizarea maximă a potențialului intelectual și creativ; • Dezvoltarea competențelor pedagogice și organizatorice pentru realizarea obiectivelor educaționale și recreative în activitățile cotidiene; • Valorificarea analitico-sintetică și implementarea pragmatică a cunoștințelor teoretico-practice prin tehnologii didactice moderne. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi de performanță profesională.</p>						

	<p>Conținuturile curriculare vor contribui la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință ale planului de învățământ, fiind structurate în baza principiilor consecutivității și accesibilității.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a conținuturilor, în vederea formării competențelor specifice disciplinei și a celor profesionale.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USEFS vor studia disciplina dată în anul II, semestrul 4, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite (ECTS).</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea aspectelor teoretice, metodice și aplicative ale jocurilor dinamice/ tenisului de masă, în conexarea diferitor activități de pregătire, recuperare și recreative, demonstrând atitudine și perseverență. • Practicarea jocurilor dinamice/ tenisului de masă în diferite forme de organizare, demonstrând motivației de practicare continue și propagare sistematică a activităților motrice-sportive în rândul generației în creștere. • Explorarea deprinderilor motrice și priceperilor organizatorico-pedagogice cu precădere din domeniul metodicii predării/organizării jocurilor dinamice și practicării independente a tenisului de masă în activități recreative, manifestând curiozitate și implicare. • Valorificarea culturii estetice și tactului profesional în activități de învățare și cotidiene, demonstrând calități specifice viitorului specialist din kinetoterapie. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe în cadrul activităților profesionale în corespundere cu necesitățile specifice domeniului; • Aplicarea procedeele tehnice în corespundere cu specificul activităților de joc și pregătire specialistului în recuperarea; • Autoevaluarea și autoaprecierea obiectivă în vederea formării profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii pe domeniul format. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ apariția și evoluția jocurilor dinamice/ tenisului de masă; ▪ clasificarea și sistematizarea jocurilor dinamice/ tenisului de masă; ▪ formele de practicare jocurilor dinamice/ tenisului de masă pentru activități de recreere și compensatorii; ▪ organizarea și desfășurarea jocurilor dinamice/ tenisului de masă specifice activității profesionale/domeniului de formare. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ selecta, demonstra și arbitra jocuri dinamice/tenisul de masă în activitățile formale și nonformale; ▪ aplica variante ale jocurilor dinamice/ mijloace din tenisul de masă în dependență de vârsta și sexul participanților; ▪ modela conținuturi didactice specifice jocurilor dinamice/ tenisului de masă; ▪ implementa jocuri dinamice/tenisul de masă ca activități de învățare în dependență de conținuturile activităților recreative. ▪ organiza și desfășura starturi vesele/competiții de tenis de masă. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să îmbine metode interactive și de joc în strategiile moderne de predare-organizare; ▪ să aplice metode eficiente de joc în activități recreative al subiecților încadrați; ▪ să elaboreze proiecte la nivel global și secvențial, a scenariilor specifice activităților aplicând activități de joc/tenis de masă; ▪ să respecte particularitățile specifice jocurilor dinamice/tenisului de masă. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	LP	LI
Jocuri dinamice						

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	1. Originea și importanța socială a jocurilor dinamice. Caracterul fortificator și educativ. 1.1. Bazele metodicii practicării jocurilor dinamice în cadrul activităților educaționale.	8	2	6	4	
	2	2. Formele de organizare și practicare a jocurilor dinamice în sistemul educației fizice și sportului. 2.1. Metodica organizării și desfășurării jocurilor dinamice.	8	2	6	4	
	3	3. Jocuri dinamice pentru subiecți de diferită vârstă și nivel de pregătire în programul zilei. 3.1. Jocuri dinamice și pregătitoare din diverse probe sportive.	8	2	6	2	
	4	4. Jocuri dinamice și pregătitoare pentru educarea/ dezvoltarea calităților motrice. 4.1. Jocurile dinamice ca mijloc și metodă în procesul de recuperare.	6	2	4	5	
	Tenis de masă						
	1	Geneza și evoluția jocului de tenis de masă. Tehnica și tactica jocului de tenis de masă. Tehnologia didactică. 1.1. Importanța jocului de tenis de masă. 1.2. Clasificarea procedeele tehnice: poziții, deplasări, servicii, lovituri.	8	2	6	4	
	2	2. Caracteristicile jocului de tenis de masă. Priza paletelor. Pozițiile inițiale. Deplasări. 2.1. Clasificarea procedeele tehnice: poziții, deplasări, servicii, lovituri. 2.2. Tactica jocurilor de simplu. 2.3. Tactica jocurilor de dublu. 2.4. Tactica jocului în atac. 2.5. Tactica jocului în apărare. 2.6. Metodica învățării și perfecționării elementelor și procedeele tehnice de joc în procesul de recuperare a sportivelor.	8	2	6	4	
	3	3. Serviciul și procedeele de execuție. Jocul de simplu. 3.1. Procedeele de execuție a serviciului: <ul style="list-style-type: none"> • suveică, bumerang, evantai, pendul; • plate, cu rotire înainte, rotire înapoi, rotire laterală, rotire mixtă; • pe linie, pe centru, pe diagonală; • scurte, mijlocii, lungi. 3.2. Preluarea serviciului. Disputarea punctului. Jocul de simplu. Esența și caracteristicile jocului de simplu. 3.3. Aranjări. Deplasări. Serviciul. Preluarea serviciului. Disputarea punctului.	8	2	6	2	
	4	4. Regulamentul competițional. 4.1. Terenul (încăperea) de joc. Masa de joc. Fileul. Paleta (lemnul și suprafețele de joc). Mingea.	6	2	4	5	

	<p>4.2. Arbitrajul. Terminologia și metodică.</p> <p>4.3. Scopul arbitrajului. Componenta și funcțiile colegiului de arbitri.</p>				
	Total	60	16	44	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lecțiile practice cât și activitatea individuală a studentului. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, prezentarea practică, desfășurarea activităților prin joc etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/noninstrumentală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate prin alte discipline practice ale planului de învățământ.</p> <p>2. Evaluarea formativă care se efectuează sub forma de <i>prezentare și organizare a jocurilor dinamice cu colegii din grupă în lecțiile practice</i> a le cursului. și <i>activități individuale de proiectare a jocurilor în dependență de sarcina abordată</i>. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină în cadrul cursului. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea practică		20%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	Jocuri dinamice				
	<p>1. Badiu T., Ciorbă C., Badiu G. Educația fizică a copiilor și școlărilor (metode și mijloace). Editura „Garuda Art”. – Chișinău, 1999. 363 p.</p> <p>2. Ghimp A., Budevici-Puiu A. Teoria și metodică jocurilor dinamice. Manual pentru studenții USEFS. Chișinău: Valinex, 2016. 480 p.</p> <p>3. Rață g., Rață C-tin B. Aptitudinile în activitatea motrică, Editura Edusoft, Bacău, 2006.</p> <p>4. Stănescu M., Ciocă C. și Urzeală C. Jocul de mișcare – metodă și mijloc de instruire în educație fizică și sport, Ed. Cartea Universitară, București, 2004.</p> <p>5. Асеева И., «Играем в игры-минутки: 15 минут — это много!», Издательство: Сибирское университетское издательство, 2010, с. 192.</p> <p>6. Жуков М. Подвижные игры. М.: Академия, 2000. 158 с.</p> <p>7. Левченко А. «Игры, которых не было: Сборник спортивно-подвижных игр», Издательство: Педагогическое общество России, 2007, с. 128.</p> <p>8. Утробина К.К. «Подвижные игры для детей 5-7 лет. Сценарии физкультурных занятий и развлечений в ДОУ», Издательство: ГНОМ, 2015, с.</p>				

35-56.

Tenis de masă

Moisescu P. *Tenis de masă. Tehnica – tactică – metodică*. Editura Europlus, Galați, România, 2013. p. 25-83.

1. Гросул В.С. Формирование двигательных навыков и проведение эффективного тренировочного процесса в обучении занимающихся настольным теннисом. Дубоссары, 2010, с.5-9.

2. Мокроусов-Кучук, Е. Современный спортивный отбор детей для настольного тенниса, как эффективный фактор обучения на этапе начальной подготовки. Монография. Germania la LAP LAMBERT Academic Publishing. 2015. 164 p. ISBN 978-3-659-57371-2. ISBN 978-9975-131-08-7. 796.386.015.

3. Мокроусов, Е. Инновационные педагогические технологии начального спортивного отбора детей для настольного тенниса. Монография. 2017. Chișinău. Valinex SRL. 135 p. ISBN 978-9975-68-318-0.

4. Mocrousov, E. *Table tennis as a third lesson in the system of physical education in primary school children*. In: 8th International Scientific Conference “Youth Sport 2016”. Ljubljana, Slovenia. 2016, p. 91-97. ISBN 978-961-6843-78-2.

Data completării: 01.09.2021

Mocrousov Elena

Bragarenco Nicolae



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Turism Asanativ					
Titularul cursului		Mindrigan Vasile, Grosu Maria					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 04 O.29	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S –Componentă de specialitate)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	45	-	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Turism asanativ” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul turismului, în cadrul Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Fișa disciplinară „Turism asanativ” este un document reglator ce reflectă cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, sursele bibliografice de bază în vederea pregătirii specialiștilor în cadrul universității, studenții voi fi capabili de a cunoaște ofertele turismului de vacanță; turismului balnear, turismului recreativ; ofertele turismului pentru îngrijirea sănătății: turismul de tratament, turismul profilactic; de refacere; de fortificare etc.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că fișa cursului va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul educației fizice și sportului.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea metodelor practice și teoretice în înțelegerea, analizarea și evaluarea a ofertelor turistice asanative; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și metodelor de tratament asanativ; • Utilizarea metodelor curative și asanative; • Planificarea unui proiect în context local, regional, național; • Promovarea și comunicarea unor valori și oferte ale turismului de vacanță; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor specifice și rezolvarea sarcinilor complexe în context (transmiterea, prelucrarea, stocarea informațiilor în documente specifice turismului); • Aplicarea tehnicilor de muncă eficientă în echipă, corespunzătoare diverselor programe de acord; 						

	<ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională a diferitor activități turistice asanative. 																																																																																						
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Să definească noțiunile principale ale turismului asanativ (turismul de sănătate, turism asanativ, stațiune turistică, servicii spa, tratament, tehnici tradiționale și netradiționale, relaxare, excursie, plimbare); ➤ să identifice principalele caracteristici ale unui tip de turism; ➤ să caracterizeze obiectivele principale ale călătoriilor și excursiilor cu scop asanativ; ➤ să identifice tipuri de activități turistice cu scop de reabilitare; ➤ să identifice factorii medicali și interferențieri (ape minerale, surse terapeutice); ➤ să caracterizeze procesul de organizare a activităților turistice în centre balneoclimaterice și stațiuni de agrement. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine elementele structurale ale ofertei turismului balnear; ➤ să elaboreze programul de resort și de agrement; ➤ să cunoască particularitățile ofertei turistice și producția turistică de agrement; ➤ să planifice produsul turistic astfel încât să satisfacă nevoile și cerințele clienților în timpul recreerii; ➤ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate pentru un tratament balnear și de recuperare. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să elaboreze caracteristicile distinctive ale turismului asanativ și medical și oportunitățile turismului de agrement; ➤ să explice scopurile și urmările acestor forme de turism asanativ; ➤ să comunice și să acționeze eficient utilizarea mijloacelor și metodelor fizioterapeutice, profilaxia primară și secundară; ➤ să respecte patrimoniul balneoclimateric și valorificarea localităților pentru o zonă de recreere. 																																																																																						
	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>Seminar</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Turismul și locul lui în sistemul de educație fizică și sport. Caracteristica noțiunilor generale ale turismului.</td> <td>3</td> <td>2</td> <td></td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice. Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.</td> <td>5</td> <td>3</td> <td></td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Măsurile și întrunirile turistice cu elevii.</td> <td>4</td> <td>2</td> <td></td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice.</td> <td>3</td> <td>2</td> <td></td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Turismul balnear.</td> <td>4</td> <td>2</td> <td></td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Stațiunile balneare cu renume mondial pe piața turistică.</td> <td>3</td> <td>2</td> <td></td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Principalele destinații ale turismului balnear în RM.</td> <td>3</td> <td>2</td> <td></td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Caracteristica activităților turistice școlare.</td> <td>3</td> <td></td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice.</td> <td>3</td> <td></td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.</td> <td>3</td> <td></td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>Particularitățile de pregătire și organizare a competițiilor de orientare sportivă și tehnică turistică.</td> <td>3</td> <td></td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>Accidente posibile în timpul</td> <td>3</td> <td></td> <td>2</td> <td>1</td> </tr> </tbody> </table>						N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Turismul și locul lui în sistemul de educație fizică și sport. Caracteristica noțiunilor generale ale turismului.	3	2		1	2	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice. Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.	5	3		2	3	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii.	4	2		2	4	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice.	3	2		1	5	Turismul balnear.	4	2		2	6	Stațiunile balneare cu renume mondial pe piața turistică.	3	2		1	7	Principalele destinații ale turismului balnear în RM.	3	2		1	8	Caracteristica activităților turistice școlare.	3		2	1	9	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice.	3		2	1	10	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.	3		2	1	11	Particularitățile de pregătire și organizare a competițiilor de orientare sportivă și tehnică turistică.	3		2	1	12	Accidente posibile în timpul	3		2
N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore																																																																																					
		Total	Curs	Seminar	LI																																																																																		
1	Turismul și locul lui în sistemul de educație fizică și sport. Caracteristica noțiunilor generale ale turismului.	3	2		1																																																																																		
2	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice. Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.	5	3		2																																																																																		
3	Măsurile și întrunirile turistice cu elevii.	4	2		2																																																																																		
4	Accidentele și prevenirea lor în cadrul acțiunilor turistice.	3	2		1																																																																																		
5	Turismul balnear.	4	2		2																																																																																		
6	Stațiunile balneare cu renume mondial pe piața turistică.	3	2		1																																																																																		
7	Principalele destinații ale turismului balnear în RM.	3	2		1																																																																																		
8	Caracteristica activităților turistice școlare.	3		2	1																																																																																		
9	Particularitățile de pregătire, organizare și desfășurare a marșurilor turistice.	3		2	1																																																																																		
10	Tehnica și tactica marșurilor turistice: pedestru, montan, nautic.	3		2	1																																																																																		
11	Particularitățile de pregătire și organizare a competițiilor de orientare sportivă și tehnică turistică.	3		2	1																																																																																		
12	Accidente posibile în timpul	3		2	1																																																																																		
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul																																																																																							

		desfășurării acțiunilor turistice și acordarea primului ajutor medical				
	13	Caracteristica generală a turismului balnear.	3		2	1
	14	Particularitățile stațiunilor balneare internaționale.	3		2	1
	15	Oferta turismului balnear din Republica Moldova	3		2	1
	16	Caracteristica generală a turismului medical	3		2	1
	17	Utilizarea echipamentului necesar pentru desfășurarea activităților turistice	3		2	1
	18	Pregătirea topografică	3		2	1
	19	Orientarea cu busola	3		2	1
	20	Orientarea cu harta topografică	3		2	1
	21	Semnele convenționale, lucru cu harta topografică.	3		2	1
	22	Tehnica orientării sportive	3		2	1
	23	Tactica orientării sportive	3		2	1
	24	Nodurile turistice și folosirea lor	3		3	1
	25	Nodurile de asigurare	3		2	1
	26	Tehnica turistică la etapele tehnice: „urcări” și „coborâri”.	3		2	1
	27	Tehnica turistică la etapele tehnice: „trecerea suspendată”, „funiile paralele” și „pendulul”.	3		2	1
	28	Acordarea primului ajutor medical în cadrul acțiunilor turistice.	3		2	1
	29	Procedee de transportare a accidentaților în cadrul acțiunilor turistice.	3		2	1
	Total		90	15	45	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor</p>					

	<p>studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Andreescu V. Unde ne tratăm sau despre fenomenul turismului medical. București, 2012. 2. Bîtea I. Stadiul actual de dezvoltare a turismului medical și analiza cererii 3. Bujarov S. Medicii din Moldova- atracție pentru pacienții de peste hotare. Chișinău: Sănătate info, 2013. 4. Teleki N., Munteanu L. Romania balneo-turistică. București: Editura: Roval compa, 2012, 404 p. 5. Tratatamentul complex și reabilitatea medicală a bolnavilor în condițiile sanatoriului Nufărul Alb / Scutelnic V [ș.a]. Chișinău: Știința, 2004. 6. Вегитнев А.М., Торгашева А.А. Характеристика основных показателей состояния лечебно-оздоровительного туризма в Российской Федерации. Научный журнал НИУ ИТМО. Серия «Экономика и экологический менеджмент». — 2014 7. Губа В. Лечебно-оздоровительный туризм: учебник для студентов высших учебных заведений. Москва: Издательство: Физическая культура, 2010. 118 с. 8. Губа В., Воронов Ю., Карпов В. Лечебно-оздоровительный туризм: учебник для студентов высших учебных заведений. Москва: Издательство: Физическая культура, 2010. 118 с. 9. Жигмитова С. Б. Программно-целевой подход к разработке стратегии развития лечебно-оздоровительного туризма в Республике Бурятия. Вестник Бурятского государственного университета. Биология. География. — 2017. 10. Манцаева А.А., Деликова Т.Г. Анализ факторов формирования и развития туристско-рекреационного кластера на территории республики Калмыкия. Вестник Института комплексных исследований аридных территорий. — 2016. 11. Мозокина С.Л. Санаторно-курортная сфера РФ: современное состояние и перспективы развития Теория и практика сервиса: экономика, социальная сфера, технологии. — 2014. 12. Оборин М. С. Развитие туристско-рекреационной деятельности в условиях санкционных ограничений и социально-экономической нестабильности южных регионов России. Научный результат. Технологии бизнеса и сервиса. — 2017. 13. Оборин М. С., Жуковская С. Л. Социально-экономический анализ развития лечебно-оздоровительного туризма Кировской области. Известия Тульского государственного университета. Экономические и юридические науки. — 2016. 	

ANUL III, SEMESTRUL V

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Igiena educației fizice și sportului					
Titularul cursului		Moroșan Raisa					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F.05.O.30	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicină sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C – curs, S – seminar, L – lucrări practice, LI – lucrul individual)</i>					
e-mail	medicinaspportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Igiena educației fizice și sportului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului pedagogic, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul kinetoterapiei, capabili de a utiliza rațional metodele și mijloacele educației fizice, factorii mediului ambiant, pentru a asigura păstrarea și întremarea sănătății diverselor contingente de persoane, reabilitatea organismului. • obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul kinetoterapiei prin implicarea acestuia în activități didactice ce presupun cunoașterea influenței biologice a factorilor de mediu asupra organismului uman și a condițiilor favorabile de activitate motrice, care pot asigura buna desfășurare a activităților motrice; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-</p>						

	<p>cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului din domeniul kinetoterapiei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice din domeniul igienei educației fizice și sportului în organizarea lecțiilor de educație fizică și antrenamentelor în cadrul secțiilor sportive cu elevii de diferite vârste; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a activităților sportive, în conformitate cu cerințele actuale ale igienei educației fizice și sportului, referitoare la microclima edificiilor sportive, exploatarea sistemelor tehnico-sanitare, alimentația rațională, metodele și mijloacele de refacere după efort, folosirea eficientă a factorilor de mediu pentru întremarea sănătății elevilor și diverselor contingente de populație; • Utilizarea metodelor fiziologo-igienice de apreciere a călirii organismului cu frigul și analiza medico-biologică a rezultatelor obținute; • Proiectarea unor lucrări de laborator bazate pe analiza microclimei edificiilor sportive (ori a terenurilor sportive) și elaborarea metodelor și mijloacelor de optimizare a acesteia; • Susținerea și promovarea modului sănătos de viață: respectarea principiilor alimentației raționale, prevenirea sedentarismului și a stărilor de stres, combaterea deprinderilor vicioase etc.; • Conștientizarea necesității asigurării condițiilor optime de practicare a exercițiilor fizice în cadrul sălilor de sport din școală, cât și în entitățile sportive, în vederea reducerii riscului traumatismului și răspândirii maladiilor aerogene. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gestionarea informațiilor privind starea de sănătate a elevilor în relație cu factorii mediului ambiant; • Aprecierea microclimei sălilor de sport în relație cerințele igienice față de organizarea antrenamentului sportiv și starea funcțională a organismului.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei <i>Igiena educației fizice și sportului</i> (scop, obiective, metode de cercetare științifică folosite); ▪ să identifice factorii de risc pentru starea de sănătate a elevilor și sportivilor în edificiile sportive și pe terenurile de sport în vederea diminuării influenței nefaste a acestora asupra organismului; ▪ să caracterizeze acțiunea benefică (ori nocivă) a factorilor de mediu asupra organismului uman; ▪ să analizeze principiile alimentației raționale; ▪ să specifice particularitățile alimentației sportivilor la diferite etape de activitate; ▪ să prezinte mecanismele fiziologice de călire a organismului cu temperaturile înalte și scăzute ale mediului; ▪ să aplice metodele de determinare a acheltuielilor energetice ale sportivilor etc. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să determine parametrii microclimei din sala de sport; ▪ să elaboreze un plan de optimizare a microclimei edificiului sportiv; ▪ să analizeze și să explice rolul factorilor de mediu în pregătirea sportivilor; ▪ să determine valoarea energetică și nutritivă a rației alimentare zilnice a sportivului; ▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate în cadrul competițiilor sportive și

	<p>în procesul de refacere după efort.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ La nivel de integrare: ▪ să explice esența procesului de călire a organismului cu căldura și frigul; ▪ să îmbine cunoștințele din fiziologie, anatomie și igienă pentru a caracteriza starea de sănătate a individului; ▪ să elaboreze obiective concrete pentru păstrarea și fortificarea sănătății elevilor (sportivilor); ▪ să aprecieze sistemele sanitaro-tehnice din punct de vedere igienic; ▪ să respecte modul sănătos de viață. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	L/lab.	LI
	1	Introducere în disciplină. Factorii de mediu în educația fizică și sport	24	4	10	10
	2	Igiena edificiilor sportive	26	4	12	10
	3	Călirea organismului	20	2	8	10
	4	Igiena alimentației sportivilor	32	4	8	20
	5	Regimul de viață al elevilor și sportivilor	18	1	7	10
Total			120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul și lucrările de laborator. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt: prelegere – dezbateri, prelegere problematizată. Lectorul utilizează expunerea orală, conversația, demonstrația, completate cu elemente noi: dialogul, demonstrarea grafică și, în caz de necesitate, cu ajutorul mijloacelor audio-vizuale, experimentul etc. În cadrul cursului se organizează prezentări în programul PowerPoint, a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p> <p>Lucrările de laborator, de asemenea, au mai multe forme, fiind folosite aparatele, instrumentele, dar și tabelele specifice din dotarea catedrei.</p> <p>Metode de lucru: prezentarea aparatelor, expunerea modului de lucru cu ele, explicația principiilor de lucru a acestora, dialogul, lucrul individual ori în echipă. La finele fiecărei lucrări de laborator studenții elaborează concluzii și recomandări igienice, care sunt analizate și evaluate, iar mai apoi, fixate în caiete.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	

în %)	Nota de la activitatea la prelegeri și lucrările de laborator	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Banu C. Tratat de inginerie alimentară. Volumul I. ASE București. 2006. 225 p. 2. Moroșan R., Moroșan I. Estimarea igienică a factorilor de mediu în educația fizică și sport. Note de curs. Tipografia "Primex-Com". Chișinău, 2017. 52 p. ISBN 978-9975-110-89-1 3. Godorozea M. Lucrări de laborator la Igiena educației fizice și sportului. Chișinău, 2004. 67 p. 4. Erhan E. Dudnic E. Turuta L. Igiena individuală a sportivului. Chișinău, 2013. 40p. 5. Moroșan R., Pavlov L., Moroșan I. Igiena educației fizice și sportului. Material didactic. Chișinău, 2002. 64 p. 6. Moroșan R., Moroșan I. Aspecte fiziologo-igienice privind rolul exercițiilor fizice în dezvoltarea fizică și fortificarea aparatului locomotor al elevilor. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012/2, p. 14-18. 7. Moroșan R., Moroșan I. Cerințe igienice privind desfășurarea lecțiilor de educație fizică în școală. În: Teoria și arta educației fizice în școală, Chișinău, 2012, nr.1, p. 5-12. 8. Вайнбаум Я.С. Гигиена физического воспитания и спорта. Москва: Издательский центр «Академия», 2005. 245 с. 9. Вайнбаум Я.С., Коваль В.И., Родионова Т.А. Гигиена физического воспитания :Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений. Москва: Издательский центр «Академия», 2002. 240 с. 10. Лаптев А.П., И.И.Малышева. Практикум по гигиене. М., 1981. 11. Лаптев А.П., Полиевский О.А. Гигиена. М., 1990. 	

Data completării: 01.09.2021

Moroșan Raisa



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Medicina sportivă și primul ajutor în urgențele medicale					
Titularul cursului		Dudnic Eugeniu					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	F 05 O.31	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (F–componenta fundamentală)							F
Catedra	Medicina sportivă	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	medicinaspportiva@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	20	25	75	
Nota de prezentare	Disciplina Medicina sportivă este o disciplină complexă cu interferență teoretică și practică, care valorifică efectele exercițiilor fizice și a factorilor naturali, asupra organismului uman în scopul profilactic pentru a asigura o dezvoltare corectă și armonioasă și în scop terapeutic în vederea corectării deficiențelor fizice și pentru tratarea afecțiunilor intercurrente și traumatice, apărute în timpul practicării educației fizice și sportului. Este o disciplină contemporană, utilă studenților USEFS, ce le permite de a monitoriza organismul sportivului și a limitelor performanței umane, ambele aspecte fiind impuse de marea performanță. Medicina sportivă se corelează cu alte discipline cum ar fi: anatomia umană; fiziologia umană; fiziopatologia; ergofiziologia; traumatologia; biomecanica; biochimia; igiena educației fizice; kinetoterapia.						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Deprinderea noțiunilor clinice și interpretarea probelor paraclinice necesare în elaborarea avizului medico-sportiv, • Diagnosticul, tratamentul și recuperarea patologiei sportive. • Dirijarea medicală a antrenamentului sportive. • Asigurarea asistenței medicale de urgență a sportivilor. • Identificarea particularităților de recuperare în traumatologia sportivă și alte patologii asociate sportului de performanță • Prescrierea exercitiului fizic în funcție de particularitățile biologice personale • Cunoașterea indicațiilor și contraindicațiilor practicării sportului • Prescrierea exercitiului fizic în scopul profilaxiei bolilor datorate sedentarismului și a creșterii calității vieții a pacienților cu boli cronice 						
La nivel de cunoaștere:							

Finalități și performanțe la curs/modul

- Să cunoască corect termenii specifici limbajului medical prin distingerea sensurilor de cel din limbajul comun
- Să reproducă obiectivele, principiile și metodele disciplinei
- Să identifice metodele adecvate și accesibile de dirijare a antrenamentului sportiv
- Să recunoască situațiile patologice, de oboseală, de supraantrenament.
- Să evidențieze în contexte diferite metode de profilaxie
- Să cunoască în contexte diferite măsuri de I ajutor
- Să analizeze un program de antrenament din punct de vedere științific

La nivel de aplicare:

- Să stabilească rolul și importanța medicinei sportive în menținerea sănătății și a performanței
- Să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională
- Să analizeze componentele antrenamentului sportiv
- Să utilizeze raționamente și cunoștințe în diagnosticarea limitărilor funcționale ale organismului
- Să elaboreze programe de monitorizare a antrenamentului sportiv
- Să creeze programe de restabilire individuale
- Să eficientizeze antrenamentul sportiv în vederea obținerii succesului de performanță.
- Să prognozeze succesele sportivilor
- Să promoveze principiile de fair-play

La nivel de integrare:

- Să comince și să acționeze eficient în cadrul echipei sportive multidisciplinare
- Să aplice cunoștințele în efectuarea cercetărilor științifice în domeniul profesional
- Să manifeste receptivitate, cunoaștere și comunicare interpersonală
- Să manifeste capacități de formulare a unor ipoteze și a unor concluzii referitoare la unele situații concrete
- Să utilizeze unele metode simple și procedee de autocunoaștere în vederea autoreglării emoționale și a orientării profesionale

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul

N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
		Total	Curs	Lab/Sem	LI
1	Medicina sportivă clinică omului sănătos. Noțiunea de medicină sportivă Istoria medicinei sportive pe plan mondial și național Scopul și obiectivele medicinei sportive contemporane	8	2	2	4
2	Controlul medico-sportiv complex. Anamneza medico-sportivă. Consultația medicilor specialiști. Diagnosticul funcțional. Examenul antropometric. Investigații de laborator.	12	2	4	6
3	Noțiune de cord sportiv. Particularitățile cordului sportiv. Reglarea activității cardiace. Cercetarea stării funcționale a sistemului cardiovascular. Metode clinice de apreciere a activității cardiace. Efectuarea probei funcționale Ruffier. Metoda îndeplinirii probei Martinet. Aprecierea probei combinate Letunov. Proba PWC-170. Moartea subită în sport.	22	4	8	10

4	Particularitățile anatomice și fiziologice a aparatului respirator la sportivi. Adaptările de scurtă și lungă durată a aparatului respirator la efort fizic. Antrenamente sportive în condiții de hipoxie. Adaptarea sportivului la hipoxie. Diagnosticul clinic a aparatului respirator. Evaluarea aparatului respirator la sportivi: spirometria dinamică, peakflowmetria, proba Rosenthal, Stanghe și Ghence.	18	4	6	8
5	Alimentația sportivă. Rolul alimentației în performanța sportivă. Trofinele energetice și protectoare. Rolul mineralelor și vitaminelor în performanța sportivă. Suplimentarea cantitativă și calitativă. Aspecte ale deshidratării și rehidratării în sport.	20	4	6	10
6	Aclimatizarea la sportivi. Antrenamentele la altitudine medie. Aspecte fiziologice și biochimice de adaptare la variații de fusuri orare. Aspecte fiziologice și biochimice de adaptare la variații termice.	8	2	2	4
7	Farmacologia sportivă. Farmacologia susținătoare de efort. Farmacologia de refacere rapidă.	12	2	4	6
8	Oboseala și supraantrenamentul sportiv. Starea de oboseală. Simptomatologia și profilaxia.	12	2	4	6
9	Fenomenul dopajului în practica sportivă. Scurt istoric al fenomenului de dopaj în activitățile sportive. Drepturile și obligațiile sportivului în controlul doping. Substanțe și metode interzise. Politica mondială anti-doping.. Sancțiuni în caz de rezultat doping pozitiv.	14	2	4	8
10	Traumatologia sportivă. Clasificarea factorilor favorizanți ai traumatismelor sportive. Traumatismele părților moi. Traumatismele articulațiilor. Traumatismele oaselor. Traumatismele specifice activităților sportive de echipă. Traumatismele specifice activităților sportive individuale.	16	4	4	8
11	Primul ajutor în urgențe medicale, Aspecte ale situației de urgență în activitățile sportive. Primul ajutor și măsurile de prevenire	8	2	2	4
Total		150	30	45	75
a) activitatea de curs: Cursul se va desfășura într-o formă clasică de prelegeri, precum și cu prezentarea unor prelegeri asistate de calculator în programul Power-Point. Totodată, activitatea de curs					

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>va cuprinde prezentarea unor materiale video și filmedocumentare etc.</p> <p>b) activitatea de laborator: Pregătirea în prealabil, prin studiu individual al noțiunilor predate în cadrul cursului (studentul va reda noțiunile predate la curs; obligativitatea cunoașterii noțiunilor predate la cursurile anterioare)</p> <p>c) Detalii organizatorice, gestionarea situațiilor excepționale: · Prezența la orele teoretice și laborator: potrivit regulamentului în vigoare; · Absențele se pot recupera doar în cursul săptămânii; - Rezolvarea contestațiilor: Reevaluarea subiectului în cadrul unui examen scris sau oral.</p> <p>d) Organizarea activității individuale ale studentului Cele mai importante activități de lucru individual solicitate de către profesor se referă la: - studierea notelor de curs, completarea și extinderea lor; - studiul cu cartea / manual / monografie/compediu /atlas; - elaborarea referatelor, lucrărilor de analiză și cercetare; - folosirea informațiilor TIC; - rezolvarea de probleme (studii de caz, analize, sinteze...) - realizarea proiectelor individuale / de grup; - pregătirea către evaluările intermediare și finale.</p>	
<p>Strategiile de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>12. Ionescu A., <i>Medicina Sportivă Performanța și Sănătate</i>, Editura Medicală, București, 2011</p> <p>13. Dragan I., <i>Medicina sportivă</i>, ed. Medicală, București, 2002.</p> <p>14. Godorozea M., <i>Îndrumar pentru lucrări de laborator la medicina sportivă</i>, INEFS, Chișinău, 2002.</p> <p>15. Gorea N., <i>Ghid medical pentru antrenori și sportivi</i>, ed. ASEM, Chișinău, 2006, 64p.</p> <p>16. Mihăilescu P. D., <i>Refacerea în sportul de performanță</i>, ed. Univ. din Pitești, 2011.</p> <p>17. Pintilei S., <i>Medicina sportivă pentru studenți și medici</i>, USMF, „N. Testemițeanu”, 2001.</p>	

- | | |
|--|---|
| | <p>18. Sport medicine manual, Comitetul Internațional Olimpic, 1999.</p> <p>19. Bezdead Paraschiv, Vitaminele și sănătatea, Ed. Recif, București, 1994, p.62</p> <p>20. Larousse, Dicționar de medicină, Univers Enciclopedic, București, 1998.</p> <p>21. Rinderu E.T., 1996, Physiology of effort; University of Craiova Printing House, p. 142</p> <p>22. Jucov A., Țiganaș O., Mecanismele de acțiune și efectele substanțelor interzise, Îndrumar metodic, Chișinău, USEFS, 2016, 68p.</p> <p>23. Jucov A., Țiganaș O., Farma cocrinetică și farma codinamică substanțelor dopante, Chișinău, USEFS, 2016, 41 p.</p> |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Dudnic Eugeniu



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Politologia					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa Carp Lilian					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 05 A. 32	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Politologie</i> reprezintă un demers teoretic axat pe analiza structurilor și mecanismelor de funcționare ale politicului în societate. Orice investigație profundă și amănunțită asupra sistemului social global, inclusiv asupra condiției umane, nu se poate realiza fără o analiză a politicului. Ultimele evenimente din spațiul internațional, dar și cel național arată că sectorul politic rămâne locul deciziei și interfața care permite comunicarea cu celelalte domenii ale vieții sociale.</p> <p>Prin conținutul său, cursul își propune să creeze cadrul pentru inițierea studenților de la specialitatea <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i> cu instrumentarul conceptual al științei politice urmărind să contribuie la formarea unor abilități cognitive care să faciliteze operarea cu aceste concepte în realizarea unor analize științifice ale fenomenelor politice. În cadrul orelor practice se vor analiza diferite aspecte legate de curs cu scopul de a-i deprinde pe studenții de la specialitatea <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i> să sesizeze factorii implicați în viața politică și modul în care aceștia interacționează, determinând dinamica celorlalte domenii ale vieții sociale. Structurarea cursului nu constituie o simplă succesiune de teme. Ea vizează o ordonare logică, dar și una didactică a materialului.</p> <p>Prin valorile pe care le evidențiază și cu care operează, convertite în comportamentul politic, prin impactul asupra membrilor societății, cursul de politicologie capătă o deosebită însemnătate în procesul formării profesionale, lărgind și îmbogățind atât competențele cognitive, cât și orizontul spiritual al studenților de la specialitatea <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului politic. 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul politologiei. • Implementarea cunoștințelor teoriei politice privind analiza activității partidelor politice. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul științei politice în analiza proceselor politice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de a studia dimensiunile ideologice ale activității partidelor politice. • Selectarea metodelor eficiente de cercetare ale activității actorilor politici. • Abilitate de a activa în instituțiile societăților civile și politice din țară. • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Aplicarea tehnologiilor informaționale în procesul de analiză a fenomenelor și instituțiilor politice. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze calitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderile de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul politologiei; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze ideologiile politice din țară; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	1	Politologia – obiect de studiu științific	6	2	1	3
	2	Gândirea politică în istoria umanității	6	2	1	3
	3	Puterea politică	6	2	1	3
	4	Sistemul politic	6	2	1	3
	5	Regimul politic	6	2	1	3
	6	Statul, element principal a sistemului politic	6	2	1	3
	7	Partidele politice și sisteme electorale	12	4	2	6
	8	Elita politică	6	2	1	3
	9	Liderismul politic	6	2	1	3
	10	Cultura politică	6	2	1	3
	11	Conștiința politică	6	2	1	3
	12	Ideologii politice	6	2	1	3
	13	Politica externă și relațiile internaționale	6	2	1	3
	14	Politica și sportul	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45

Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predare complementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>											
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
Referințe bibliografice	<p>30. Almond Gabriel A., Știința politică: istoria disciplinei.-Manula de știință politică / ed.: Robert E. Goodin, Hamns – Dieter Klingemann; trad.: Irina Ana Kantor, Ileana - Cristina Stănuș, Romana Careja... – Iași: Polirom, 2005. P. 60 – 97.</p> <p>31. Aristotel, Statul, editura Antet, București 2003.</p> <p>32. Aristote, Politica, editura Antet, București 2003.</p> <p>33. Beniuc V., Politologia, Chișinău, 2000.</p> <p>34. Dicționarul marilor gânditori politici ai secolului XX(coordonatori Robert Benewick și Philip Green), Editura Artemis, 2002</p> <p>35. Efremov V. Politologie. Teste.-Ch.,2009.</p> <p>36. Efremov V. Politologie: Știință și disciplină de studiu. Ch., 2010.</p> <p>37. Efremov V. Evoluția gândirii politice. – www.perspectiva.md</p> <p>38. Enciu N. Politologia. – Chișinău: Civitas, 2005</p> <p>39. Fisichella D.,Știința politică: probleme,concepte teorii / Domenico Fisichella; trad. Și postf. De Vixctor Moraru. – Iași: Polirom, 2007</p> <p>40. Lijphart, Arend – Modele ale democrației, Polirom, Iasi, 2006</p> <p>41. Miroiu, Adrian - Fundamentele politicii (volumele 1 si 2), Polirom, Iasi, 2006</p>											

- | | |
|--|--|
| | <p>42. Mungiu-Pippidi, Alina (coord.) – Doctrine politice, Polirom, Iasi, 1998</p> <p>43. Mitran I., Politologia în fața secolului XXI., București, 1997.</p> <p>44. Moșneaga V., Politologia, Chișinău, 1999</p> <p>45. Nay, Oliver – Istoria ideilor politice, Iasi: Polirom, 2008</p> <p>46. Oxford. Dicționar de politică (coord. Lain Mclean), Editura Universul enciclopedic București, 2001</p> <p>47. Rusnac Gh., Moșneaga V., Varzari P., Politologia – știință și disciplină de studiu. Politologie: manual pentru specialitățile nonprofil. Univ. De Stat din Moldova FRIȘPA. Catedra Politologie și Educație Civică. – Ch.: CEP USM, 2007</p> <p>48. Rusnac Gh. Știința politică în Republica Moldova la etapa actuală // MOLDOSCOPIE (Probleme de analiză politică). Nr. 2 (XXXVII), 2007. – Chișinău: CEP USM, 2007.</p> <p>49. Țirdea, Bogdan Noroc L., Politologie, Chișinău, 2008</p> |
|--|--|

Data completării: 01.09.2021

Samoteeva Raisa



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Istoria gândirii politice					
Titularul cursului		Leșco Victoria					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 05 A.33	Anul	III	Semestrul	V
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U–componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.spps@github.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Istoria gândirii politice” este un studiu cu caracter teoretic, fiind destinat studenților anului III de la specialitatea <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, care are ca scop studierea apariției și evoluției istoriei gândirii politice. Necesitatea studierii acestui curs este determinată de cunoașterea de către studenți a apariției doctrinelor politice. Cursul va contribui la formarea conceptelor asupra domeniului politic.</p> <p>Actualitatea cursului este generată de faptul că astăzi, pentru a analiza fenomenele politice este nevoie de cunoscut geneza și dezvoltarea acestor fenomene pe parcursul secolelor. Cursul implică însușirea ideologiilor politice a gânditorilor politici din diferite țări.</p> <p>Disciplina reprezintă un curs teoretic, destinat studenților ciclului I, an. III. Statutul curriculumului „Istoria gândirii politice”, în aria curriculară a specializării, este curs de orientare socioumanistică pentru domeniul de studiu, oferind 3 credite. Baza metodică a cursului oferă diverse mecanisme, tehnici, moduri de abordare a unităților de conținut și include ultimele noutăți științifice din domeniu. Beneficiarii: Cursul este destinat studenților de la specialitatea <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, cu studiile la zi și la frecvență redusă, limba română și rusă de predare.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea și înțelegerea noțiunilor, conceptelor, teoriilor și metodelor de bază ale teoriei politice; • Utilizarea și stăpânirea adecvată a conceptelor, ideilor și noțiunilor specifice gândirii politice și discursului politic. • Analiza și interpretarea proceselor politice europene și internaționale cât și a sistemelor partidelor politice europene. • Selectarea conceptelor fundamentale pentru analiza evoluțiilor politico-instituționale. 						

curs/modul		revoluției engleze din sec. XVII				
	8	Gîndirea politică în perioada războiului de independență a SUA (1775-1783)	6	2	1	3
	9	Doctrina socialismului utopic în perioada revoluției din Franța din sec. XVIII	6	2	1	3
	10	Concepțiile politice al filosofiei clasice germane sec. XVIII-XIX	6	2	1	3
	11	Doctrina comunismului utopic din sec. XIX	6	2	1	3
	12	Doctrina politică marxistă	6	2	1	3
	13	Apariția științelor politice contemporane	6	2	1	3
	14	Gîndirea politică în Moldova	6	2	1	3
	15	Ideile politice în Rusia	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele de organizare a instruirii: Formele principale ale instruirii sunt cursul și seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, prelegere – dezbateri, prelegere dialogată; curs practic – aplicativ. Seminarul de asemenea are mai multe forme: seminarul – dezbateri, seminarul pe baza referatelor, seminarul pe baza cercetării, seminarul pe baza jocului didactic.</p> <p>Strategii/ tehnologii didactice aplicate Strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, lucrul cu actele normative problematizarea. Cursul se desfășoară interactiv – anumite aspecte prezentate sunt problematizate, cadrul didactic cerînd părerea studenților. Sunt folosite de asemenea în cadrul cursului numeroase exemple practice, studii de caz, bune practici din alte țări.</p>					
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
50. Andreiță L.M., Tradiții ale gîndirii politico-juridice românești , - București, 1993						
51. Aristotel. Politica.- București, 1966						
52. Alighiere Dante, volumele I-III, Chișinău, 1968						

**Referințe
bibliografice**

53. Bădina O., Întroducere în sociologie, Volumul I-II.- Chișinău, 1993
54. Buse D., Istoria politică și istoria gândirii politice.- Internet, ÎD
55. Carpinski A., Deschidere și sens în gândirea politică.-Iași, 1995
56. Ciotea Florin, Istoria gândirii politice (plan prospect) (internet)
57. Din istoria gândirii social-politice și filosofice în Moldova/ Sub red. Lu Ermuratschii V.N., Șceglov A.V.Chișinău, 1970
58. Eliade M., Istoria credințelor și ideilor religioase.- București, 1986
59. Enciclopedia Blackwell a gândirii politice / Coord.Miller D. – București, 2000
60. Juc V., Din istoria gândirii politice românești (în Moldova).- Chișinău, 1997
61. Fundamentele gândirii politice moderne (Antologie comentată).- Iași, 1999
62. Gilcescu Ghe – Istoria gândirii politico-juridice, E.D.P. București, 1969
63. Gortopan N., Doctrinile filosofice în evoluția lor. Vol. I.- Chișinău, 1998
64. Grenier H., Marile doctrine morale.- București, 1995
65. Musca Vasile, Întroducere în filosofia lui Platon.- Cluj-Napoca, 1994
66. Oțetea Andrei, Renașterea și reforma, București, 1941
67. Oliver Nay, Istoria ideilor politice, Iași, 2008
68. Pițurca Aureliu, Istoria ideilor politice, Craiova, 2002
69. Rîbca E., Istoria doctrinelor politice și de drept.- Chișinău, 2005
70. Strah D. Istoria gândirii politice (Din sec. XVIII până la constituirea științei politice contemporane.).Chișinău,1996
71. Strah D. Istoria gândirii politice (Din antichitate pînă în secolul al XVIII-lea).- Chișinău, 1998
72. Stanciugelu Ștefan, Istoria ideilor politice. Învățămînt la distanță.- Craiova, 2002 (internet)
73. Stroe G., Culic N., Momente din istoria filosofiei dreptului.- București, 1994
74. Trăsnea Ovidiu, Filosofia politică : momente și semnificație. București, 1986
75. Trousson R., Istoria gândirii libere. De la origini pînă la 1789.-Iași, 1997
76. Voiculescu Marin , Istoria doctrinelor politice, București 1992
77. Алексеева Т.А. Современные политические теории. Опыт Запада: Курс лекций. М., 2000.
78. Бойцова О.Ю. Политическая наука в XX в.: общие характеристики и основные этапы становления // Вестник Московского университета. Серия 12. Политические науки. 2001. № 1
79. История политических и правовых учений. XX в. М., 1995.
80. История политических и правовых учений/ Под ред. Нерсесянца В.С., 4-ое издание переработанное и дополненное.- Москва.- 2007
81. Королева-Конопляная Г.Е. Западная политическая наука в XX веке. М., 1994.
82. Милон-Дельсон Ж. Политические идеи XX века. М., 1992.
83. Сергунин А.А., Макарычев А.С. Современная западная политическая мысль: "постпозитивистская революция". Н.Новгород, 1999.
84. Согрин В.В. и др. Либерализм Запада XVII-XX веков. М., 1995.
85. Чанышев А.А. История политических учений. Классическая западная традиция (Античностьпервая четверть XIX в.). М., 2001.
86. Четвернин В.Л. Современные концепции естественного права. М., 1988.
87. Чичерин Б.Н. История политических учений. Т. 1. Древность, Средние века. Новое время. М.,2006.
88. Тарнас Р. История западного мышления. М., 1995.
89. Фавр П. Политическая наука во Франции // Полис. 1996. № 6



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în neurorecuperare					
Titularul cursului		Agapii Eugeniu					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 05 O. 34	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Recuperarea și evaluarea bolnavilor neurologici reprezintă unul din cele mai dificile domenii ale recuperării datorită complexității patologiei și costurilor economice ridicate. Kinetoterapia în neurorecuperare este un domeniu aparte în medicina de recuperare pentru că pornește de la următoarea premisa: afecțiunile neurologice sunt afecțiuni care dau cea mai mare invaliditate în cazul populației adulte. Recuperarea trebuie abordată diferit în funcție de tipul bolii cauzatoare de deficit. Procesul de recuperare se concentrează în principal pe managementul disabilității și mai puțin pe stabilirea diagnosticului.</p> <p><i>Kinetoterapia în neurorecuperare</i> ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea 1001.1 Kinetoterapie și Terapie Ocupațională, cod S 05 O. 34 pe un număr de 180 ore. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 90 ore; lucru individual 90 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 4 ore – practice. Studiul obiectului se finalizează cu examen. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de înfăptuit două evaluări, curentă și finală în săptămâna a 7 – a și a 14 – a din planul calendaristic.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; • Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului educației fizice în procesul de elaborare a diferitor tipuri de proiecte; • Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de proiectare și programare a activităților instructive specifice procesului educației fizice. <p>Competențe transversale:</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform statusului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul educației fizice și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale. 																																																																																								
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei <i>kinetoterapia în neurorecuperare</i>; ▪ Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ▪ De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 																																																																																								
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>Seminar</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Introducere în Evaluarea Neurologică: Anamneza și Examenul Clinic obiectiv.</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Evaluarea atitudinilor particulare și Motilității voluntare/involuntare.</td> <td>10</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Evaluarea Tonusului muscular.</td> <td>10</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Evaluarea Reflexelor osteotendinoase, cutanate și patologice</td> <td>10</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>5</td> <td>Evaluarea Sensibilitatii subiective și obiective</td> <td>12</td> <td>2</td> <td>2</td> <td>8</td> </tr> <tr> <td>6</td> <td>Evaluarea coodonarii, echilibrului static și dinamic(mers)</td> <td>12</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>7</td> <td>Evaluarea tulburărilor de limbaj, a funcțiilor nervoase superioare și tulburărilor trofice-vegetative.</td> <td>10</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>8</td> <td>Evaluarea intermediara I</td> <td>6</td> <td>-</td> <td>2</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>9</td> <td>Introducere în problematica actuala a recuperării neurologice. Sindroame neurologice.</td> <td>12</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>10</td> <td>Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii post-AVC.</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>6</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>11</td> <td>Recuperarea Kinetoterapeutică a bolnavilor cu boală Parkinson</td> <td>14</td> <td>2</td> <td>6</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>12</td> <td>Boli degenerative și inflamatorii ale Sistemului Nervos.</td> <td>12</td> <td>2</td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> <tr> <td>13</td> <td>Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii după traumatisme vertebro-medulare</td> <td>14</td> <td>4</td> <td>4</td> <td>6</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Introducere în Evaluarea Neurologică: Anamneza și Examenul Clinic obiectiv.	14	2	4	8	2	Evaluarea atitudinilor particulare și Motilității voluntare/involuntare.	10	2	2	6	3	Evaluarea Tonusului muscular.	10	2	2	6	4	Evaluarea Reflexelor osteotendinoase, cutanate și patologice	10	2	2	6	5	Evaluarea Sensibilitatii subiective și obiective	12	2	2	8	6	Evaluarea coodonarii, echilibrului static și dinamic(mers)	12	2	4	6	7	Evaluarea tulburărilor de limbaj, a funcțiilor nervoase superioare și tulburărilor trofice-vegetative.	10	2	4	4	8	Evaluarea intermediara I	6	-	2	4	9	Introducere în problematica actuala a recuperării neurologice. Sindroame neurologice.	12	2	4	6	10	Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii post-AVC.	14	2	6	6	11	Recuperarea Kinetoterapeutică a bolnavilor cu boală Parkinson	14	2	6	6	12	Boli degenerative și inflamatorii ale Sistemului Nervos.	12	2	4	6	13	Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii după traumatisme vertebro-medulare	14	4	4	6
N/o	Conținuturile unității de curs/modul			Numărul de ore																																																																																					
		Total	Curs	Seminar	LI																																																																																				
1	Introducere în Evaluarea Neurologică: Anamneza și Examenul Clinic obiectiv.	14	2	4	8																																																																																				
2	Evaluarea atitudinilor particulare și Motilității voluntare/involuntare.	10	2	2	6																																																																																				
3	Evaluarea Tonusului muscular.	10	2	2	6																																																																																				
4	Evaluarea Reflexelor osteotendinoase, cutanate și patologice	10	2	2	6																																																																																				
5	Evaluarea Sensibilitatii subiective și obiective	12	2	2	8																																																																																				
6	Evaluarea coodonarii, echilibrului static și dinamic(mers)	12	2	4	6																																																																																				
7	Evaluarea tulburărilor de limbaj, a funcțiilor nervoase superioare și tulburărilor trofice-vegetative.	10	2	4	4																																																																																				
8	Evaluarea intermediara I	6	-	2	4																																																																																				
9	Introducere în problematica actuala a recuperării neurologice. Sindroame neurologice.	12	2	4	6																																																																																				
10	Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii post-AVC.	14	2	6	6																																																																																				
11	Recuperarea Kinetoterapeutică a bolnavilor cu boală Parkinson	14	2	6	6																																																																																				
12	Boli degenerative și inflamatorii ale Sistemului Nervos.	12	2	4	6																																																																																				
13	Particularități metodologice ale programelor kineto-recuperatorii după traumatisme vertebro-medulare	14	4	4	6																																																																																				

	14	Particularități de abordare kinetoterapeutică în recuperarea unor nervi motori periferici a MS, MI și a paraliziei faciale periferice.	14	2	6	6
	15	Kinetoterapia în sindromul algo – funcțional cervical inferior și în sindromul algo – funcțional lombo – sacral.	12	2	6	4
	16	Evaluarea finala II	4	-	2	2
	Total		180	30	60	90
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale metodelor și tehnicilor de recuperare kinetoterapeutice în neurorecuperare. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol etc.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă /scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Colev – Luca V. – <i>Fiziologie practică</i>, Ed. BIT, Iași, 2002. 2. Hăulică I. – <i>Fiziologie umană</i>, Ed. Academiei, București, 2004 3. Vlad. T – <i>Dicționar de termeni folosiți în kinetoterapie</i>, Ed. Univ. „Al. I. Cuza”, Iași, 2006. 4. Sbanghe T. – <i>Kinetoterapie profilactică, terapeutică și de recuperare</i>, Ed. Medicală, București, 1999. 5. Sbanghe T. – <i>Bazele teoretice și practice ale kinetoterapiei</i>, Ed. Medicală, București, 1999. 6. Vlad T. – <i>Fiziopatologie</i>, Ed. Univ. „Al. I. Cuza” Iași 2003. 7. Bădescu, M. – <i>Fiziopatologie generală</i>, ediția II, Editura Cantes, Iași, 2000. 					

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">8. Cezar, I. – <i>Ghid de neurologie</i>, Editura Medicală, București, 1976.9. Pendefunda, Ghe., colaboratori – <i>Semiologie neurologică</i>, Editura Contact Internațional, Iași, 1992.10. Pendefunda, L. – <i>Neurologie practică</i>, Editura Contact Internațional, Iași, 1993.11. Popa, C. – <i>Neurologie</i>, Editura Național, București, 1997.12. Vlad, T., Pendefunda, L. – <i>Recuperarea hemiplegicului adult</i>, Editura Contact Internațional, Iași, 1992.13. Sarev I., Agapii E., Racu S. Abordări moderne în reabilitarea fizică a coloanei vertebrale cervical, <i>YOUTH IN THE PERSPECTIVE OF THE OLYMPIC MOVEMENT</i>, Brașov, România, 2017. |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Agapii Eugeniu

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în afecțiunile cardio-respiratorice și în clinica bolilor interne					
Titularul cursului		Godorozea Mihail / Pogorlețchi A.					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.05.O.35	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P- prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	-	60	90	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „<i>Kinetoterapia în afecțiunile cardio-respiratorice și clinica bolilor interne</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei și sportului, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina <i>Kinetoterapia în afecțiunile cardio-respiratorice și clinica bolilor interne</i> reprezintă o totalitate de noțiuni, principii, particularități, obiective, mijloace, metode, modalități de efectuare a exercițiilor fizice, care au tendința de a forma percepția generală a studentului pentru aplicarea kinetoterapiei în afecțiunile date.</p> <p>Recuperarea și evaluarea bolnavilor cardio-respiratori reprezintă unul din cele mai dificile domenii ale recuperării datorită complexității patologiei și costurilor economice ridicate. Procesul de recuperare se concentrează în principal experiența în acest domeniu din alte state și recomandările referitoare la studiul recuperării a pacienților cu boli interne, cuprinse în documente elaborate la nivel european și mondial.</p> <p>Obiectivul general al programului de studii constă în:</p> <ul style="list-style-type: none"> - formarea specialiștilor, abilitați cu capacități și competențe pe direcția ameliorării somato-funcționale și motrice a organismului uman, prin intermediul unor intervenții specifice, de natură kinetoterapeutică. - Studierea particularităților acțiunii efortului fizic asupra lucrului sistemului cardio-respirator, digestiv și metabolic în caz de stări patologice a acestora. - Studierea mecanismelor de acțiune curativă a mijloacelor kinetoterapiei în reabilitare. - Studierea acțiunii profilactice a efortului fizic asupra dezvoltării afecțiunilor sistemului cardio-respirator, digestiv și metabolic. - Studierea acțiunii tehnicilor și metodelor kinetoterapeutice asupra organismului pacientului; - Organizarea corectă a folosirii mijloacelor și formelor de lucru în recuperarea afecțiunilor cardio-respiratorii, boli digestive și metabolice; - Formarea deprinderilor practice de reabilitare a cardiacilor, pulmonarilor boli 						

	<p>digestive și metabolice;</p> <ul style="list-style-type: none"> - Însușirea metodelor de petrecere a ședințelor kinetoterapeutice. <p>La finele programului de studiu studenții vor avea capacitatea de a descrie, explica și demonstra elementele folosite în domeniul kinetoterapiei în afecțiunile cardiovasculare, pulmonare și digestive folosind un limbaj de specialitate corect.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului / modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre evaluare și recuperare. - Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. - Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. - Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. - Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. - Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterape.
<p>Finalități și performanțe la curs / modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; - asimilarea conținutului științific propriu teoriei și practicii reabilitării fizice a pacientului cardio-pulmonar; - valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din Kinetoterapia în afecțiuni cardio-respiratorii și clinica bolilor interne, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de a aplica metodologia specifică recuperării kinetoterapeutice; - perceperea efectelor efortului fizic asupra organismului uman; - abilitatea de rezolvare a problemelor /situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; - abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; - capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității de toleranță la efort a individului; - abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; - posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în recuperarea afecțiunilor

cardio-respiratorii și bolilor interne.						
	N/o	Conținuturile unității de curs /modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	1	Bazele anatomiei și fiziologiei sistemelor cardiovascular și respirator. Etiologia și simptomatologia afecțiunilor sistemelor cardiovascular și respirator.	12	2	4	6
	2	Acțiunea efortului fizic asupra lucrului și stării sistemului cardiovascular. Metodele de evaluare a toleranței la efort a sistemului cardiovascular.	12	2	4	6
	3	Kinetoterapia în cardiopatia ischemică	22	6	12	6
	4	Kinetoterapia în reabilitarea Bolii hipertensive și hipotensive.	12	2	4	6
	5	Kinetoterapia în ateropatii și insuficiență venoasă. Kinetoterapia în vicii cardiace dobândite.	12	2	4	6
	6	Kinetoterapia în reabilitarea bolnavilor cu pneumonie și pleurite.	12	2	4	6
	7	Kinetoterapia în reabilitarea bolnavilor cu bronșită și astm bronșic.	12	2	4	6
	8	Evaluarea intermediară	8	-	2	6
	9	Kinetoterapia la intervenții chirurgicale pe cord și plămâni.	14	2	4	6
	10	Kinetoterapia în afecțiuni stomacale (gastrita, boala ulceroasă).	12	2	4	6
	11	Kinetoterapia în afecțiunile biliare	12	2	4	6
	12	Kinetoterapia în afecțiuni intestinale.	12	2	4	6
	13	Kinetoterapia în obezitate.	10	2	2	6
	14	Kinetoterapia în diabet zaharat	10	2	2	6
	15	Evaluarea finală	8	-	2	6
		Total		180	30	60
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul /lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare / lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea</p>					

evaluare	<p>progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/crisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentrusubiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Caun E., Corman M., Pogorlețchi A. Recuperarea bolnavilor respiratori - Recomandări metodice către lucrări practice (pentru studenții facultății de Kinetoterapie). Chișinău, 2012, „Elan Poligraf”, 136 p. ISBN 978-9975-66-283-3. 2. Corman M. V., Zavalîșca A. A., Pogorlețchi A. N Actualitatea problematicei obezității la copii de vârstă școlară mică. Materialele Congresului Internațional Sport. Olimpism. Sănătate Ediția a II, Chișinău, 26 – 28. octombrie 2017. 3. Corman M. V., Zavalîșca A. A., Pogorlețchi A. N. Actualitatea problematicei obezității la copii de vârstă școlară mică. Materialele Congresului Internațional Sport. Olimpism. Sănătate Ediția a II, Chișinău, 26 – 28. octombrie 2017. 5. Corman M., Zavalîșca A., Pogorlețchi A., Metode funcționale de evaluare in kinetoterapie, Gid metodic, Chișinău 2021, ISBN 978-9975-131-95-7. 615.825(076.5) C 4. Погорлецки А. .Каун Е., Корман М. Кинетотерапия при заболеваниях сердечно-сосудистой системы: Пособие по практическим работам для студентов факультета Кинетотерапии. Chișinău: Editura USEFS (Editura UTM), 2012. – 96 p 6. Погорлецки А., .Каун Е., Корман М. Кинетотерапия при заболеваниях дыхательной системы. Пособие по практическим работам для студентов факультета Кинетотерапии .Chișinău: Editura USEFS (Editura UTM), 2012. – 88 p. 7. Lozincă Isabela, Elemente de patologie a aparatului respirator și recuperarea prin kinetoterapie. Editura universității din Oradea, 2002 8. Oghiană G., Rolul kinetoterapiei în recuperarea bolnavilor cardiaci, Editura PIM, 2006 9. Engrich E. Kinetoterapia pe înțelesul tuturor. Ediția a II –a Recuperarea în afecțiuni reumatice, posttraumatice, neurologice și cardiovasculare. Recuperarea după operația de cancer la sân: drenaj limfatic, kinetoterapie. Editura medicală, 2016, 171 pag 10. Reabilitarea cardiovasculară. Protocol clinic național PCN – 205. Ministerul Sănătății al Republicii Moldova, Chișinău, 2014 	

Data completării: 01.09.2021

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail

Pogorlețchi Ala

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001.1 Kinetoterapie și Terapie Ocupațională					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în obstetrică și ginecologie					
Titularul cursului		Godorozea Mihail – română Pogorlețchi Ala – rusă					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.02.A.36	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	2	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct		30	Studiu individual	30	Total ore pe semestru		60
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	Catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		60	15	-	15	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Kinetoterapia în obstetrică și ginecologie” este parte componentă a disciplinelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivul general ale programului de învățământ, care presupune formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul sectorului public și privat cu specialiști kinetoterapeuți/ terapeuți ocupaționali în sectorul reabilitării medicale; • obiective cadru ale programului de învățământ ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul recuperării prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea recuperării și reabilitării, care va asigura buna desfășurare a intervențiilor de recuperare; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. V, 60 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3</p>						

	credite. Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea tehnicilor și metodelor de intervenție kinetoterapeutică adecvate unor contexte specifice; • Identificarea și selectarea metodelor adecvate de evaluare a eficienței și eficacității programelor de intervenție kinetoterapeutică; • Proiectarea și planificarea unui program de intervenție kinetoterapeutică ce presupune utilizarea unor principii și metode clasice, cu valoare recunoscută în domeniu. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională; • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • cunoașterea noțiunilor de bază a terapiei ocupaționale și a metodelor de aplicare; • capacitatea de a organiza și îndruma un grup de pacienți și de a lua decizii în acțiuni în funcție de situațiile existente; • competențe generale în limbajul de comunicare cu personalul medical și pacienții; • competențe generale privind formarea capacității de evaluare funcțională în kinetoterapie; • competențe privind formarea și dezvoltarea deprinderilor practice în activitățile de tratare – recuperare. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • capacitatea de a evalua obiectiv activitățile zilnice a pacientului în procesul de reabilitare și dirijare științifică a kinetoterapiei în baza unor criterii stabilite; • utilizarea tehnicilor și metodelor în practica kinetoterapeutică din cadrul clinicilor de reabilitare, spitalelor, sanatoriilor, etc. • să adopte decizii optime în condiții de certitudine, incertitudine, risc; • să sporească eficiența propriei activități. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să dobândească abilitatea de a interrelaționa eficient, utilizând o terminologie specifică și adecvată nivelului de pregătire al subiecților angrenați într-o gamă variată de activități de kinetoterapie; • să dobândească capacitatea de a utiliza și aplica mijloace moderne și eficiente de comunicare motrică a kinetoterapiei și recuperarea organismului după nașterea prin cezariană; • să dobândească flexibilitate și adaptabilitate profesională în scopul selectării tehnicilor profilactice de masaj. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Lucrări practice	LI
	1	Sarcina. Particularitățile anatomo-fiziologice ale femeii în timpul sarcinii.	4	2	2	4
	2	Acțiunea exercițiului fizic asupra sarcinii.	4	2	2	4
	3	Particularitățile metodice de organizare a ședinței de kinetoterapie în perioada de sarcină.	8	4	4	8
	4	Kinetoterapia după naștere.	4	2	2	4
5	Kinetoterapia în afecțiunile ginecologice.	4	2	2	4	

	6	Kinetoterapia în perioada de climax.	4	2	2	3
	7	Particularitățile alimentației și masajul în perioada de sarcină	2	1	1	3
	Total		60	15	15	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i> care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea curentă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea finală</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Kinetoterapie în obstetrică și ginecologie</i>. 					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%		
	Nota lucrul individual			20%		
Referințe bibliografice	<ul style="list-style-type: none"> • Albu C., Armbruster T. L., Albu M. C., Kinetoterapie. Metodologia poziționării și mobilizării pacientului, Polirom, Iași, 2012 • Aldea Marie – Jeane și colab. – Obstetrică fiziologică. Elemente de kinetoterapie, Institutul European, Iași, 1999 • Antonescu M. D., Patologia aparatului locomotor, vol. I, Editura Medicală, București, 2006 • Antonescu M. D., Patologia aparatului locomotor, vol. II, Editura Medicală, București, 2008 • Brănișteanu I., Niculăescu R., Țopa E., Aldea M., Obstetrică fiziologică. Elemente de kinetoterapie, 1999 • Crăciun, M., Kinetoprofilaxia. Bacău, Curs IDD, 2003 • Drăgan F., Pădure L., Metode și tehnici de kinetoterapie, Editura Național, București, 2014 • Gabriela Ochiană, Kinetoterapia-kinetoprofilaxia în obstetrică ginecologică, editura PIM, 2006 • Irsay L., Ciorța V., Recuperarea gravidelor și lăuzelor cu patologie locomotor, ediția a 2-a, Editura Argonaut, Cluj-Napoca, 2017 • Marcu, V., Dan, M. Și coordonatorii, Kinetoterapie, Editura Universității din Oradea, 2007 • Munteanu I., Tratat de obstetrică, Ediția 2, Editura Academiei Române, București 					

	<p>2006</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ochiană, G., Kinetoterapia în afecțiunile respiratorii, Bacău, Curs IDD, Universitatea , 2005 • Selby, A., Gimnastica Pilates pentru gravid. București, Editurile ALL, 2003 • Surcel I., Surcel M., Obstetrică și ginecologie, Ed. Dacia, 2005 • 15. Савицки С., Погорлецки А. "Кинетопрофилактика избыточной массы у подростков", Materialele conferinței științifice internaționale a doctorazilor, Cultură fizică: Probleme științifice ale învățămîntului și sportului, Chișinău: USEFS, 2012.- pag. 278-283. ISBN 978-9975-4425-0-3 • Godorozea M., Agapii E., Pogorlețchi A., Zapanovici N., ”Masajul de remodelare corporală și SPA” (Ghid metodic pentru lucrări practice), Chișinău, Editura – USEFS, 2019
--	---

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail

Pogorlețchi Ala



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în afecțiunile oftalmologice					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S 05 A. 37	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	2	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			60
Regimul disciplinei (S – componenta de orientare spre o specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		60	15	-	15	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Kinetoterapia în afecțiunile oftalmologice</i> se ocupă cu tratarea și recuperarea bolnavilor cu afecțiuni ale globului ocular și anexelor globului ocular.</p> <p><i>Kinetoterapia în afecțiunile oftalmologice</i> este o disciplină interdisciplinară, studierea căreia va permite crearea abilităților necesare pentru a putea susține un diagnostic corect pe baza anamnezei, examenului clinic și paraclinic, însușirea deprinderilor practice necesare pentru a recupera afecțiunile oftalmologice.</p> <p><i>Kinetoterapia în afecțiunile oftalmologice</i> ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea 1001.1 Kinetoterapie și Terapie Ocupațională, cod S 05 A. 37 pe un număr de 60 ore. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 30 ore; lucru individual 30 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 2 ore – practice. Studierea obiectului se finalizează cu examen. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de îndeplinit două evaluări, curentă și finală în săptămâna a 7 – a și a 14 – a din planul calendaristic.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să identifice particularitățile anatomo – funcționale ale analizatorului vizual. • Să poată stabili cele mai corecte tratamente. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea obiectivelor de realizat, a resurselor disponibile, etape, timpi, riscuri • Identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă pluridisciplinară și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei și în relație cu pacientul • Utilizarea eficientă a surselor informaționale și a resurselor de comunicare și formare profesională asistată 						
La nivel de cunoaștere:							

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Să cunoască particularitățile anatomo – funcționale ale analizatorului vizual; ▪ Să cunoască particularitățile examinării oftalmologice și indicațiile pentru efectuarea acestora; ▪ Să cunoască etiopatogenia, manifestările clinice, diagnosticul, principiile de tratament și profilaxia celor mai frecvente maladii oftalmologice. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelului de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Să posede abilități de implementare și integrare a cunoștințelor clinice; ▪ Să fie apt de a asimila noile realizări în disciplinele clinice. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
			10	2	2	6
			8	2	2	4
			10	2	2	6
			6	2	2	2
			6	2	2	2
			8	2	2	4
			6	2	2	2
			6	-	2	4
Total			30	14	16	30
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale metodelor și tehnicilor de recuperare kinetoterapeutice. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, cercetarea individuală, cercetarea de grup, simularea, jocul de rol etc.</p>					
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea la disciplina Kinetoterapia în afecțiunile oftalmologice se efectuează prin evaluarea: <i>inițială și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, conversație</i>, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării orale. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	Nota finală			100%		
			Nota pentru evaluarea finală			40%
			Nota evaluarea curentă			20%
			Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%
			Nota lucrul individual			20%
<p>11. Boișteanu V.; Bobu. Oftalmologie: Manual. - Chișinău, Universitas, 1995. 12. Chiseliță D. Oftalmologie generală. Ed. Dosoftei Iași. 1997.</p>						

Referințe bibliografice	<p>13. Dumitrache, Marieta. Tratat de oftalmologie. Vol. 1/M. Dumitrache. - Bucuresti: Editura Universitara "Carol Davila", 2012. - XII, 538 p. - Bibliogr. după cap. - ISBN 978-973-708-610-5. 617.7 / D 90.</p> <p>14. Kanski J. Clinical Ophthalmology a sistematic approach. – Oxford, 2002.</p> <p>15. Potop V, Ciocâlțeu A. Breviar de Oftalmologie. Editura Univ. "Carol Davila" București 2013.</p> <p>16. Сидоренко Е.: Офтальмология, Москва, 2000.</p>
--------------------------------	---

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Balneofizioterapia și terapii complementare					
Titularul cursului		Agapii Eugeniu / Pogorlețchi Ala					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.05 A.38	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Nota de prezentare	<p><i>Balneofizioterapia și terapii complementare</i> ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea 1001.1 Kinetoterapie și Terapie Ocupațională, cod S 05 A.38 pe un număr de 60 ore, 4 credite.</p> <p>Trecerea de la modelul de proiectare curriculară centrat pe obiective, care este elaborat și implementat în sistemul academic din Republica Moldova, la modelul centrat pe competențe, a impus elaborarea acestei fișe la disciplina «Balneofizioterapia și Terapii Complementare (în continuare BFTC)». Necesitatea adoptării noului model de proiectare curriculară este determinată atât de nevoia de a realiza actualizarea formatului cât și de unitatea concepției curriculelor universitare la nivelul ciclurilor de învățământ pe rezultate explicite și evaluabile ale învățării.</p> <p>În procesul de modernizare a fișei s-au luat în considerare următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Studierea influenței factorilor balneofizioterapeutici asupra organismului uman; ▪ Organizarea corectă a folosirii mijloacelor și formelor de lucru în balneofizioterapie; ▪ Studierea și însușirea metodelor fiziobalneoterapeutice; ▪ Însușirea metodelor de petrecere a ședințelor fiziobalneoterapeutice. <p>În acest context, pentru a putea asigura un proces didactic modern, bazat pe o ofertă educațională optimă, cât și pe instruirea diferențiată a studenților pe baza unor trasee particulare de învățare, individuale sau de grup, este necesar, corespunzător realității practice, ca în ciclul I academic, să se asigure dobândirea de către studenți a cunoștințelor necesare acționării asupra dezvoltării capacităților de cercetare și inovare, cât și inițierea/consolidarea în aplicarea unor discipline practice.</p>						
Competențe profesionale:							

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale domeniului BFTC; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice și BFTC; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul kinetoterapiei, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • Explicarea și interpretarea concepției actuale despre locul și rolul BFTC, ca parte integrantă a acțiunii reabilitare fizică, socială și profesională; • Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; de a aplica metodologia specifică BFTC; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele și tehnicile specifice BFTC selectate în raport cu obiectivele și scopurile propuse; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării fizice și din domenii înrudite; • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. 							
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale disciplinei Balneofizioterapie și terapii complementare; ❖ cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ❖ de a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii reabilitării fizice; ❖ valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din kinetoterapia în BFTC, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, de atitudine; ❖ de a aplica metodologia specifică BFTC; ❖ abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ❖ abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ❖ capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ❖ abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; ❖ posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în BFTC. 							
<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 25%;">Total</td> <td style="width: 25%;">Curs</td> <td style="width: 25%;">Seminar</td> <td style="width: 25%;">LI</td> </tr> </table>			Total	Curs	Seminar	LI
Total	Curs	Seminar	LI					

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1.	Introducere. Istoricul fizioterapiei ca specialitate. Aplicabilitate în cadrul patologiei studiate.	10	2	4	4
	2.	Termoterapia ca modalitate fizioterapeutică cu aplicabilitate în cadrul patologiilor de specialitate.	20	2	8	10
	3.	Electroterapia ca modalitate fizioterapeutică cu aplicabilitate în cadrul patologiilor de specialitate.	20	2	8	10
	4.	Evaluare intermediară	5	-	1	4
	5.	Terapia cu ultrasunete	12	2	4	6
	6.	Magnetoterapia	12	2	4	6
	7.	Fototerapia RIR și RUV	14	2	6	6
	8.	Laserterapia	10	2	4	4
	9.	Terapii Complementare	12	2	4	6
	10.	Evaluarea finală	5	-	1	4
	Total			120	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, explozia stelară, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, analiza SWOT, lucrul în echipă, metoda Sinelg, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale / în pereche.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Nota finală						100%

Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>1) Elena Luminita Sidenco, Masajul in Kinetoterapie: masajul terapeutic clasic, tehnici de masaj reflex, tehnici complkementare, Bucuresti, Editura Fundatiei Romania de Maine, 2002.</p> <p>2) Georgiana Ozana Tache, Bazele teoretice ale kinetoterapiei de recuperare-note de curs, Disciplina Teoria si Metodologia Kinetoterapiei de Recuperare, Editura APP, Bucuresti, 1998. (ISBN 973-9073-10-7).</p> <p>3) Andrei Ionescu, Masajul-procedee tehnice, metode, efecte, aplicatii in sport, Editura All, Bucuresti, 1994.</p> <p>4) Andrei Radulescu, Electroterapie, Editura Medicala, Bucuresti, 1991.</p> <p>5) Corneliu Burlibasa, sub redactia, Chirurgie orala si maxilofaciala, Editia a II-a, Editura Medicala, 1999.</p>	

Data completării: 01.09.2021

Agapii Eugeniu

Data completării: 01.09.2021

Pogorlețchi Ala



FIȘA CURSULUI / MODULULUI

Programul de studii		1001.1 <i>Kinetoterapie și Terapie Ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Deontologia medicală					
Titularul cursului		Agapie Eugeniu					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S. 05 A. 39	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S–componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	15	-	45	60	
Notă de prezentare	<p>Disciplina de studii „Deontologia medicală” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul recuperării și reabilitării, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivul general al programului de învățământ, care presupune formarea specialiștilor cu înaltă pregătire în domeniul sectorului public și privat cu specialiști kinetoterapeuți/ terapeuți ocupaționali în sectorul reabilitării medicale; • obiective cadru ale programului de învățământ ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul recuperării prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea recuperării și reabilitării, care va asigura buna desfășurare a intervențiilor de recuperare; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. V, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și</p>						

	practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.					
<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Proiectarea modulară și planificarea conținuturilor de bază ale domeniului. • Organizarea curriculumului integrat și a mediului de instruire și învățare, cu accent interdisciplinar. • Actul profesional și întreaga activitate a medicului se vor exercita, respectiv desfășura fără niciun fel de discriminare, inclusiv în ceea ce privește starea de sănătate sau șansele de vindecare ale pacientului. • Relația medicului cu pacientul va fi una exclusiv profesională și se va clădi pe respectul acestuia față de demnitatea umană, pe înțelegere și compasiune față de suferință. • Utilizarea elementelor de management și marketing specifice domeniului. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea regulilor de muncă riguroasă și eficientă, manifestarea unei atitudini responsabile față de domeniul științific și didactic, pentru valorificarea optimă și creativă a propriului potențial în situații specifice, cu respectarea principiilor și a normelor de etică profesională; • Asigurarea desfășurării eficiente și implicarea eficace în activitățile organizate în echipă. • Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională continuă în scopul prestării serviciilor de calitate și al adaptării la dinamica cerințelor politicelor în sănătate și pentru dezvoltarea personală și profesională. Utilizarea eficientă a abilităților lingvistice, a cunoștințelor în tehnologiile informaționale, a competențelor în cercetare și comunicare. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască delimitarea conceptuală a termenilor de etică și deontologie profesională; • să cunoască educația morală; • să cunoască rolul și importanța conștientizării în pregătirea profesională; • să cunoască clasificarea valorilor morale și implicațiile acestora în viața socială și profesională; • să cunoască discriminarea, corupția și hărțuirea la locul de muncă. • să cunoască drepturile și obligațiile kinetoterapeutului în exersarea profesiei. • să cunoască profilul etic al kinetoterapeutului. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să educe în sine chipul nobil al kinetoterapeutului în societate; • să soluționeze situații de caz în relația kinetoterapeut - kinetoterapeut • să soluționeze situații de caz în relația kinetoterapeut - pacient; • să soluționeze situații de caz în relația kinetoterapeut - medic; • să fie apt de a aplica principiul conștientizării erorilor medicale; • să fie abil de a argumenta opinia proprie și de a accepta diversitățile în problemele etico-deontologice. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să aprecieze importanța eticii și deontologiei medicale în contextul asistenței medicale; • să abordeze creative problemele medicinei fundamentale; • să de ducă interrelații între etica și deontologia medical și celelalte discipline medicale; • să posede abilități de implementare și integrare a cunoștințelor obținute în disciplinele clinice. 					
<p align="center">Tematica și</p>	N/o	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
				Total	Curs	Lucrări practice
	1	Etica și deontologia medicală.	18	2	4	12

repartizarea orelor la curs/modul	2	Codul cadru de etică (deontologic) al lucrătorului medical.	24	4	8	12
	3	Drepturile și obligațiile kinetoterapeutului în exersarea profesiei.	24	4	8	12
	4	Kinetoterapeutul ca practicant acreditat în îngrijirea sănătății.	18	2	4	12
	5	Discriminarea, corupția și harțuirea la locul de muncă.	21	3	6	12
	Total		120	15	45	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, lucrările practice. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i> care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea curentă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acestora prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea finală</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Deontologia medicală</i>. 					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare			20%		
	Nota lucrul individual			20%		
Referințe bibliografice	<p>24. Albu, G. (2008) – Comunicarea interpersonală, Institutul European. 25. Bertrand, C-J. (1997) – Deontologia mijloacelor de comunicare, Institutul European. 26. Bunescu, Gheorghe (1998) – „Școala și valorile morale. Teorii și practici ale dezvoltării psihosociomorale”, Editura Didactică și Pedagogică R.A., București. 27. Cătineanu, T. (1982) – Elemente de etică- vol I, Ed. Dacia, Cluj-Napoca. 28. Cotoraci, C. (2007) – Bioetica, „Vasile Goldiș” University Press, Arad. 29. Daniel Goleman (2001) - Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București. 30. Stephen R. Covey (2013) - Cele 7 deprinderi ale persoanelor eficiente, Editura ALLFA, București. 31. Stroe Marcus (1997) - Empatie și personalitate, Editura ATOS, București.</p>					

	32. CODUL CADRU DE ETICĂ (DEONTOLOGIC) al lucrătorului medical și farmaceutic
--	---

	33. http://oamgmamrolt.ro/fisc-post2.html
--	---

	34. http://lex.justice.md/index.php?action=view&view=doc&lang=1&id=363796
--	---

Data completării: 01.09.2021

Agapii Eugeniu

ANUL III, SEMESTRUL VI

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Terapia ocupațională					
Titularul cursului		Cebotaru Nina / Racu Serghei					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.06 O.40	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	-	30	60	
Nota de prezentare	<p><i>Terapia ocupațională</i> ca disciplină fundamentală este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul reabilitării, în cadrul facultății Kinetoterapie, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Pe parcursul studierii disciplinei, se propune familiarizarea studenților cu probleme fundamentale din domeniul terapiei ocupaționale. Astfel, predarea și învățarea TO se focalizează pe înțelegerea specificului cunoașterii kinetoterapiei și pe funcționalitatea acesteia pentru diferite domenii de activitate.</p> <p>În procesul de modernizare a Fișei cursului s-au luat în considerare următoarele aspecte:</p> <ul style="list-style-type: none"> ⇒ Studiarea cadrului conceptual în Terapia ocupațională; ⇒ Relevanța TO pentru persoanele cu dizabilități și pentru societate; ⇒ Organizarea corectă a folosirii mijloacelor și formelor de lucru în TO; ⇒ Studiarea și însușirea metodelor de TO a persoanelor cu dizabilități; ⇒ Însușirea terapiei neurosenzoriale. ⇒ Formarea deprinderilor pentru efectuarea exercițiilor terapeutice. <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. VI, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p> <p>Modernizarea Fișei la disciplina <i>Terapia ocupațională</i> este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale domeniului reabilitării; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice și terapiei ocupaționale; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • Explicarea și interpretarea concepției actuale despre locul și rolul terapiei ocupaționale, ca parte integrantă a acțiunii de reabilitare fizică, socială și profesională; • Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; de a aplica metodologia specifică terapiei ocupaționale; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele și tehnicile specifice terapiei ocupaționale selectate în raport cu obiectivele și scopurile propuse; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării fizice și din domenii înrudite; • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Terapie ocupațională; ▪ să explice și să interpreteze diverse tipuri de abordări, concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului terapiei ocupaționale. ▪ să asimileze conținuturi științifice proprii teoriei și practicii terapiei ocupaționale. ▪ să valorifice sistematic, selectiv adecvat cele mai noi informații din terapia ocupațională, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să proiecteze conținuturile instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, de atitudine; ▪ să aplice metodologia specifică terapiei ocupaționale; ▪ să îmbine abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de terapie ocupațională prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ să aplice metodele și mijloacele de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dea dovadă de o capacitate creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ să dispună de capacitatea de a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ să utilizeze cele mai adecvate principii și metode specifice domeniului terapiei ocupaționale în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; ▪ să posede un nivel productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în terapia ocupațională. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	11.	Noțiuni introductive în terapie ocupațională. Scurt istoric.	8	2	2	4
	12.	Definirea obiectului de studiu al terapiei	8	2	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul		ocupaționale				
	13.	Obiectivele și efectele terapiei ocupaționale	8	2	2	4
	14.	Categoriile de activități de natură ocupațională	8	2	2	4
	15.	Desfășurarea procesului de terapie ocupațională. Evaluarea în terapia ocupațională	14	4	4	6
	16.	Rolul terapiei ocupaționale în reabilitarea fizică, psihosocială și profesională a persoanelor marcate de diferite categorii de deficiențe	24	6	6	12
	17.	Managementul de caz și terapia ocupațională individualizată	8	2	2	4
	18.	Terapa ocupațională aplicată	8	2	2	4
	19.	Repere metodologice de realizare a procesului de ergoterapie	8	2	2	4
	20.	Modele de programe și de practici de reabilitare	8	2	2	4
	21.	Organizarea atelierelor de terapie ocupațională și ergoterapie	10	2	2	6
	22.	Personalitatea terapeutului ocupațional – factor de succes în tratamentul pacientului	8	2	2	4
	Total			120	30	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt prelegere – dezbatere, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbatere, explozia stelară, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, analiza SWOT, lucrul în echipă, metoda Sinelg, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale / în pereche.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării</p>					

	<p>dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> About occupational therapy – http://www.wfot.org/office_files_/About_occupational_therapy.pdf Baum ,C. (2002)- Adolph Meyer’s challenge: Focus on occupation in practice and in science. Occupational Therapy Journal of Research, vol. 22, nr.4, pag. 130-131 Baum , M. (2003)- Participation : Its relationship to occupation and health. Occupational Therapy Journal of Research, vol.23, nr. 2, pag. 46-47 Board of Occupational Therapy- Functional Analysis and Records Disposition Authority (2007)- Hooper, B. (2006) – Epistemological transformation in occupational therapy: Educational implications and challenges, Occupational Therapy Journal of Research, vol. 26, nr.1, pag.15-24 Kasar, J. ; Muscari, M. (2000)- A conceptual model for the development of professional behaviours in occupational therapists. Canadian Journal of Occupational Therapy, vol.67, nr.1, pag. 42-50. Kielhofner, G. (1997)- Conceptual foundations of occupational therapy, Davis Ed., Philadelphia Lederer, J. M. (2007) – Disposition toward critical thinking among occupational therapy students. American Journal of Occupational Therapy, nr. 61, pag. 519-526 Levine, R. (1986)- Historical research: Ordering the past to chart our future. Occupational Therapy Journal of Research, nr. 6, pag. 32-42 Dan M. (2005) – Introducere in terapia ocupationala, Ed. Universitatii din Oradea, Oradea Definitions of occupational therapy from members countries (2005) - http://www.wfot.org/office_files/Definitions_of_occupational...../ Description of Occupational Therapy Education in Europe (2007) – http://enothe.hva.nl Hocking, C., Ness, N. (2004)- Advice for the establishment of a new programme for the education of occupational therapists – http://www.wfot.org/office_files/Advice_for_the...../ Musu ,I.; Taflan, A. (coord.) (1997) – Terapia educationala integrata , Ed. Pro Humanitate, Bucuresti Moțet D. Enciclopedia de Kinetoterapie, vol.II, București: Editura „Semne”, 2010. 748 p. ISBN 973-624-880-1. Cebotaru N. Formarea competențelor de comunicare la elevi cu retard mintal prin activități de educație fizică, teza de dr. în șt. ale ed., Chișinău, 2021. 220 p. 	

Data completării: 01.09.2021

Cebotaru Nina

Data completării: 01.09.2021

Racu Serghei



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Etica și deontologia profesională					
Titularul cursului		Usaci Doina Leșco Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A.41	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@guil.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul de <i>Etica și deontologia profesională</i> reprezintă o tentativă de a îmbunătăți pregătirea specialiștilor, din punctul de vedere al eticii, precum și de a ajuta studenții în procesul de studiere, în conformitate cu experiența acumulată la predarea acestui curs. Fiecare profesie are sau poate avea etica sa particulară. Aceste etici au, însă, multe principii și norme comune. Un curs de Etica profesională are menirea să releve asemănările și diferențele, să dea posibilitatea să se vadă cum ar trebui să se desfășoare relația client-profesionist în alte domenii de interes public mai larg.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității "<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>" lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Disciplina de studii <i>Etica și deontologia profesională</i> este parte componentă a științelor pedagogice prevăzute în planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i> la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Obiectivul principal al cursului <i>Etica și deontologia profesională</i> constă în familiarizarea studenților cu principiile și normele de bază ale codului de etică atât la nivel profesional, cât și la nivelul comportamentului cotidian. Cursul se axează pe dezvoltarea abilităților de aplicare a principiilor și regulilor care trebuie să guverneze activitatea profesională, inclusiv o conduită corectă în societate. Motivația și scopul cursului <i>Etica și deontologia profesională</i> constă în a pregăti studenții pentru viața profesională și a-i ajuta să-și însușească un comportament care să-i ajute să-și exercite excelent rolul profesional și să obțină succesul. Din acest motiv, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și aplicativ în activitatea comună a</p>						

	<p>cadrelor didactice și studenților, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei din nou și autoreglării.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul etic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etica profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională.
	<p>Numărul de ore</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul, funcțiile și problematica eticii	6	2	1	3
	2	Morala și etica profesională	6	2	1	3
	3	Particularitățile și sistemul de autoreglare a comportamentului etic	6	2	1	3
	4	Categoriile eticii profesionale	6	2	1	3
	5	Comunicarea profesională și aspectele ei	6	2	1	3
	6	Mijloacele de comunicare verbală în sfera profesională.	6	2	1	3
	7	Etica în soluționarea conflictelor	6	2	1	3
	8	Colectivul de muncă	6	2	1	3
	9	Etica și cultura organizațională	6	2	1	3
	10	Cultura exteriorului	6	2	1	3
	11	Stresul și acțiunile lui în activitatea profesională	6	2	1	3
	12	Eticheta profesională. Codul bunelor maniere	6	2	1	3
	13	Etica conducerii	6	2	1	3
	14	Codurile deontologice: aspecte conceptuale.	6	2	1	3
	15	Etica medicală.Codul deontologic al kinetoterapeutului	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrulcursului/modul ului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la teme studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predareacomplementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă;Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategiideevaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare)</p>					

	Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>90. Capcelea V., Etica, Editura Arc, Chișinău, 2003.</p> <p>91. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili, București, Editura Curtea Veche Publishing, 2007.</p> <p>92. Cândea R., Cândea D. Comunicarea managerială: concepție, deprinderi, strategii Focșani, 1996.</p> <p>93. Frunza S. Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, 2011.</p> <p>94. Gavrilă T. Managementul general al firmei, București, 2002.</p> <p>95. Hianes I., Introducere în istoria comunicării, Editura Fundația Română de Măne 1998.</p> <p>96. Joule R.V., Tratat de manipulare, Editura Antet, 1997.</p> <p>97. Lungu Viorelia, Etica profesională – suport de curs, Chișinău, USM. 2011, p.192 ISBN 978-9975-71-103-6.</p> <p>98. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București, Editura Humanitas, 2008.</p> <p>99. Mândăcanu, Virgil. Etica pedagogică praxiologică: (Manual pentru adolescenți, studenți și pedagogi din învățământul liceal și universitar), Chișinău, 2010 ISBN:978-9975-51-142-1. 588 p.</p> <p>100. Miroiu A. Teorii ale dreptății, București, Editura Alternative, 1995.</p> <p>101. Miroiu A. Etică aplicată, București, Editura Alternative, 1995.</p> <p>102. Miroiu M., Miroiu A. Dreptatea și fericirea, București, Editura All, 1995.</p> <p>103. Montefiore A., Mureșan V. Filosofia morală britanică, București, Editura Alternative, 1998.</p> <p>104. Mureșan V. Valorile și adevărul moral, București, Editura Alternative, 1995.</p> <p>105. Popescu D., Arta de a comunica, Editura Economica, 1998.</p> <p>106. Pruteanu Șt., Comunicare și negociere în afaceri, Editura Polirom, 1997.</p> <p>107. Pruteanu Șt. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași, Editura Polirom. 2004.</p>	

Data completării: 01.09.2021
Victoria

Leșco



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		<i>Consilierea educațională și a carierei</i>					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A. 42	Anul	III	Semestrul	VI
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U–componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@usefs.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studiu <i>Consilierea educațională și a carierei</i> este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și răspunde unor nevoi importante ale integrării tinerilor în societatea modernă, prin:</p> <ul style="list-style-type: none"> • asigurarea accesului echitabil la oferta educațională; • buna integrare socio-profesională și pe piața forței de muncă; • dezvoltarea atitudinilor și competențelor necesare pentru a face față schimbărilor viitoare pe plan personal și profesional. <p><i>Consilierea educațională și a carierei</i> constituie un obiect de studiu sau o disciplină de studiu în înțelesul ei cotidian, ci ca o arie de aplicații, dezvoltări practice, experiențe și atitudini care trebuie învățate a fi exersate în viață. Învățarea în sfera orientării educaționale și profesionale trebuie să aibă sensul de a învăța pentru a ști să faci și nu a învăța pentru a ști. Universitatea trebuie să vizeze nu numai educarea și formarea unor tineri bine instruiți, ci și pregătirea de absolvenți direct angajabili și imediat productivi.</p> <p>În rezultat, <i>Consilierea educațională și a carierei</i> trebuie să fie influentă și activă în planul adecvării cu realitatea pieței muncii și schimbările sociale, cât în cel psihologic și al educației, devenind astfel, un continuu de intervenții, de o natură psihologică, pedagogică, socială, educativă, din domeniul legislativ, medical, financiar etc.</p>						
	<p>1. Aplicarea noțiunilor, terminologiei și informației ce vizează profesii</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea informațiilor ce vizează profesii în sursele de specialitate și actele normative; • Corelarea noțiunilor noi despre profesii unor contexte din viața cotidiană; • Analiza specificului evoluției în timp a unor profesii; <p>2. Integrarea cunoștințelor achiziționate la diferite arii curriculare în scopul</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>ghidării în carieră</p> <ul style="list-style-type: none"> • Argumentarea relației dintre cunoștințele achiziționate în cadrul diferitor arii curriculare, prin raportare la anumite profesii; • Relevarea corelației dintre biografia unor personalități și rolul acestora în promovarea unor domenii de activitate; <p>3. Stabilirea unor legături dintre domeniile profesionale și literatura de specialitate, precu și actele oficiale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descoperirea unor similitudini dintre literatura de specialitate, actele normative și spațiul vieții în ceea ce privește profesiile; • Justificarea rolului social al modelului etic pentru diferite profesii; • Aprecierea rolului social al fiecărei profesii, precum și a propriei experiențe de viață; <p>4. Relaționarea informație despre profesie și contextul social actualizat;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea surselor de documentare în stabilirea câmpurilor lexicale ale unor profesii; • Reflectarea propriilor emoții și a experienței personale în raport cu profesiile existente. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației pentru carieră; • să caracterizeze elementele unei cariere de succes; • să-și autoevalueze capacitățile proprii și să-și determine domeniul de vocație; • să contureze profilul personalității de succes în domeniul profesional; • să argumenteze importanța educației pentru carieră pentru tineri, în particular, și societate, la general. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>			
<p>1</p>	<p>Nivel de pregătire: studii, competențe profesionale, abilități sociale, aspirații profesionale</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>2</p>	<p>Relația succes școlar – reușită personală și profesională: criterii de analiză a reușitei personale / profesionale</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>3</p>	<p>Modalități de dezvoltare competențelor, abilităților sociale, intereselor. Importanța lor în găsirea unui loc de muncă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>4</p>	<p>Managementul carierei: obiective, principii, strategii, principii</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>5</p>	<p>Cerințele locului de muncă: fișa postului, fișa angajatului, reglementări, condiții specifice angajatorului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>6</p>	<p>Dinamica pieței muncii: cererea și oferta de muncă. Modul de realizare a selecției și recrutării forței de muncă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>7</p>	<p>Caracteristici și tendințe ale pieței muncii la nivel local, național, european</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>8</p>	<p>Meserii uzate moral și meserii actuale. Munca la negru, economia informală, munca în străinătate, angajarea cu carte de muncă – beneficii și consecințe</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>9</p>	<p>Integrarea europeană și efectele asupra mobilității forței de muncă, cererii și ofertei pe piața muncii</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>10</p>	<p>Dimensiunea de gen în planificarea carierei. Stereotipurile de gen ca bariere în opțiunile de carieră</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	
<p>11</p>	<p>Documente formale privind angajarea:</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>	

		contractul de muncă, fișa postului				
	12	Formare și re-conversie profesională în condițiile pierderii locului de muncă	6	2	1	3
	13	Portofoliu personal: rezultate la testări, premii, diplome, certificate, Curriculum Vitae (CV), autoevaluare, produse reprezentative pentru locul de muncă, recomandări	6	2	1	3
	14	Surse și oportunități de formare: centre de formare profesională, programe de formare continuă la locul de muncă, programe de scurtă durată, cursuri serale, consultanță de specialitate, învățământ la distanță / frecvență redusă, conferințe, studiu individual, învățare continuă, voluntariat	6	2	1	3
	15	Evaluarea carierei: autoevaluări ale carierei pe baza profilurilor ocupaționale, a evoluției calificărilor la nivel național și european, consultarea unor persoane specializate (psihologi, consilieri ai carierei profesionale), consultarea unor agenții de recrutare de personal	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; organizarea dezbatărilor asupra unor fenomene și procese legate de orientarea educațională și în carieră; elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de cariera profesională; elaborarea și publicarea unor articole care țin de cariera profesională și angajarea pe piața muncii; organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul orientării profesionale a tinerilor; participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; elaborarea proiectului de carieră. 					
Strategiile de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Consiliere educațională și a carierei</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea 					

	<p>permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Culturologie</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expozițiemuzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atât produsul, cât și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Băban A. Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigenție și consiliere, 2009. 2. Bocoș M., Instruire interactivă, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca, 2002. 3. Calugher V., Dorgan V., Lungu E. Strengthening the Partnership between the University and Graduates: realities and Challenges. In: 3-rd Central and Eastern European LUMEN Intrenational Scientific Conference: New Approaches in Social and Humanistic Sciences, 8-9 June, 2017 Chisinau, p.103-104. 4. Calugher V. Rolul autocunoașterii în educația pentru carieră a studenților. În: "SPORT. OLIMPISM. SANATATE". Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a II-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău. p.21. ISBN 978-9975-131-51-3. 5. Calugher V., Popescu V. Social partnership in education for the students career: realities and trends. In: The Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Physical Education and Sport Management. Fascicle XV. Vol. 1, 2017, p. 31-34. ISSN-L 1454-9832 ISSN 2344-4584 (B+ category). 6. Calugher V. Monitorizarea inserției profesionale în câmpul muncii a absolvenților – instrument de management al calității procesului. In: Sport. Olympism. Health. IIIrd Edition Chisinau, Moldova 13-15 September, 2018. 7. Calugher V., Braniște Gh., Braniște T., Dorgan V. The modernization of higher education of physical culture from the Republic of Moldova in the context of the knowledge based society. In: The challenges of communication. Contexts and strategies in the world of globalism. Section: Communication, Education Sciences, Psychology and Sociology, Arhipelag XXI Press/2018, ISBN: 978-606-8624-00-6, pag.19-24. 8. Calugher Viorica, Gheorghe Braniște, Ecaterina Lungu. The Adaptation Of Physical Culture Higher Education Offer To The Labour Market. In: ICPEK 2018, International Congress of Physical Education, Sports and Kinotherapy. Education and Sports Science in the 21st Century, Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceedings of Social @ Behavioural Sciences, ISSN: 2357-1330. 9. Cartaleanu T., Cosovan O., Goraș-Postică, V., Lîsenco S., Scifos L. Formarea competențelor prin strategii didactice interactive, Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008. 10. Consilierea și orientarea în carieră – ghid pentru studenți și absolvenți. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, 2008. 	

11. Cristea G., Managementul lecției. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
12. Cucuș C., Pedagogie, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Polirom, Iași, 2006.
13. Dalat Y. Ghidul reușitei tale profesionale, Editura Polirom, Iași, 2003.
14. Dandara O. Ghidarea și proiectarea carierei în contextul educației permanente. Chișinău: CEP USM, 2012.
15. Dandara O., Mija V. Proiectarea carierei și ghidarea în carieră: Suport metodologic pentru elevii și cadrele didactice din învățământul secundar vocațional-tehnic. CEP USM, Chișinău, 2014.
16. Jigău M. Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici. Editura SIGMA, București, 2007.
17. Gheorghe A., Mățaș I., Maftai M. Dirigenția și consilierea. Ghid metodologic. Editura Alexandru Gheorghe, Craiova, 2004.
19. Goleman D. Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2001.
20. Colwell P. Cheia succesului, Editura Polirom, Iași, 2003.
21. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: ghidul profesorului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
22. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: manualul elevului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
23. Guțu VI. (coord.), Educația centrată pe cel ce învață. Ghid metodologic, CEP USM, Chișinău, 2009.
24. Guțu VI. (coord.), Psihopedagogia centrată pe copil, CEP USM, Chișinău, 2008.
26. Ionescu M., Radu I. Didactica modernă, Cluj-Napoca, Editura Dacia, 2001.
28. Lemeni G., Axente, A. Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele IX-XII/SAM, 2004.
29. Lemeni G., Miclea, M. Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră, 2010.
30. Minder M., Didactica funcțională. Obiective, strategii, evaluare, Ed. Cartier, București, 2003.
31. Măgurianu L. A., Azoitei, N. D. Un ghid mic pentru o carieră mare. ediția a II-a revizuită, Asociația Alternative Sociale, Iași, 2006.
32. Nicu A. Strategii de formare a gândirii critice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
33. Salomia E., Marcinschi, M. Ghidul carierei mele. București: Centrul Educația 2000+, 2002.
35. Sclifos L., Goraș-Postică V.ș.a., O competență-cheie: a învăța să înveți. Ghid metodologic, Chișinău, C. E.PRO DIDACTICA, 2010.
36. Succesul profesional: ghidul profesorului și al consultantului voluntar/ Junior Achievement Romania, București, 2012.
37. Papuc I., Albu M., Jurcău N. Procesul decizional managerial în sfera educațională, 2011.
38. Pease A., Garner A., Limbajul vorbirii-arta conversației. Editura Polimark, București, 1994.
39. Temple Ch., Steele J.L., Meredith K.S. Aplicarea tehnicilor de dezvoltare a gândirii critice. Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2003.
40. Tomșa Gh. Consilierea și orientarea în școală. Casa de Editură Viața Românească, București, 1999.
41. Ghica Vasile (1998). Ghid de consiliere și orientare școlară pentru orele de dirigenție, Iași: Polirom.



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Filosofia și logica domeniului de formare profesională					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa Nicolaiuc Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06A.44	Anul	III	Semestrul	VI
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U–componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul <i>Filosofia și logica domeniului de formare profesională</i> are menirea de a veni în ajutor studenților specialității <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, doctoranzilor, profesorilor și tuturor celor care se interesează de problematica culturologiei. Disciplina face parte din componenta de orientare socioumanistică din planul de învățământ, care are ca scop formarea unui orizont larg de cultură filozofică, politologică, sociologică, psihologică și economică, care i-ar permite viitorului specialist să-și asume responsabilități într-o societate liberă și să se adapteze operativ și eficient la modificările din societate. La USEFS, disciplina <i>Filosofia și logica domeniului de formare profesională</i> urmează să fie predată ca o știință de sinteză, umanistă prin excelență, având în centrul ei omul și activitatea umană, care trebuie să îmbogățească viața și cunoașterea fiecărui student, dezvoltându-i înțelegerea sensului și devenirii culturii. Instruirea culturologică are misiunea să pregătească tinerii pentru a se orienta mai ușor în lumea contemporană, care constituie rezultatul dezvoltării istorice a mai multor culturi și civilizații umane. Totodată, aceasta va contribui la înțelegerea mai bună și stabilirea contactelor dintre reprezentanții diferitor culturi și civilizații contemporane, și în rezultat să aprecieze originalitatea și valoarea diferitor culturi, să se orienteze în mediul cultural al societății contemporane, să fie apt de a participa în dialogul culturilor. Cursul conține trei compartimente ce corespund standartelor internaționale: elemente de filozofie a culturii, istoria culturii universale, istoria culturii naționale. Compartimentul privind filosofia culturii are ca obiect de studiu procesul creației umane și rezultatul specific al acestui proces – fenomenul cultural – în multidimensionalitatea sa, precum și interrelațiile acestuia cu celelalte componente ale socialului. Sunt reflectate legile genezei și dezvoltării culturii, definiția generală, structurală și funcțională a fenomenului cultural; definiția, structura și funcționarea valorilor, clasificarea acestora; raportul dintre cultură și civilizație; funcțiile modelatoare ale culturii; statutul de om cult, raportul dintre național și</p>						

	<p>universal în cultură etc. Partea privind istoria culturii universale se bazează pe studierea culturilor în corespundere cu nivelurile de dezvoltare a înțelepciunii umane. Se studiază culturile de la origine și până la declin, sau până în zilele noastre. Selecția noastră s-a oprit asupra acelor care în decursul existenței lor și-au desfășurat, pe multiple planuri, toate posibilitățile creatoare, care și-au constituit un profil de o marcată originalitate, care ajungând astfel să se impună ca organisme viguroase, mature, complete, devenind adevărate modele pentru unele popoare din jur și au contribuit substanțial la îmbogățirea patrimoniului de valori al omenirii. Fiecare capitol dedicat unei anumite culturi are drept scop să releve contribuția sa efectivă și locul pe care îl ocupă astfel în istoria umanității. Compartimentul care include istoria culturii naționale îi familiarizează pe studenți cu originea, dezvoltarea de-a lungul, etapelor istorice, interacțiunea cu alte culturi, specificul și originalitatea, tendințele principale ale culturii naționale și cu modalitatea încadrării ei în cultura universală. Modalitatea de abordare a temelor o constituie expunerea în sinteză a culturologiei contemporane, la o anumită problemă de filozofie a culturii sau, în cazul istoriei culturii, făcând apel la cercetătorii reprezentativi atât din domeniul istoric, precum și al filozofiei, eticii, esteticii, științei sau al istoriei artei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politeții în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul filosofiei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea

	<p>profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	3	2	1	3
	2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	3	2	1	3
	3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	3	2	1	3
	4	Filosofia medievală	3	2	1	3
	5	Filosofia epocii Renașterii	3	2	1	3
	6	Filosofia Modernă	3	2	1	3
	7	Filosofia Contemporană: orientări și stiluri de gândire	3	2	1	3
	8	Gândirea filosofică națională.	3	2	1	3
	9	Concepte fundamentale ale ontologiei. Ontologia umanului	3	2	1	3
	10	Determinismul, principiile devenirii.	3	2	1	3
	11	Gnoseologia și Epistemologia.	3	2	1	3
	12	Antropologia.	3	2	1	3
	13	Axiologia	3	2	1	3
	14	Cultura românească în epocă modernă	3	2	1	3
15	Cultura națională contemporană	3	2	1	3	
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele</p>					

<p>Strategiideevaluare</p>	<p>profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Antologia de filosofie românească, voi. 1 București, Minerva, 1986. 2. Anton I. Adămuț, <i>Filosofia Sfântului Augustin</i>, editura Polirom 2001 3. Aristotel, <i>Statul</i>, editura Antet, București 2003 4. Aristotel, <i>Politica</i>, editura Antet, București 2003 5. Boboc A., Mihai N., <i>Filosofia contemporană. Principalele orientări și stiluri de gândire</i>, Chișinău, 1993. 6. Capcelea V., <i>Filosofie</i>, ed. a 3-a, revăzută și adăugită, Chișinău, Arc, 2002 7. Cazan Gh., <i>Istoria filosofiei românești</i>, București, Ediția Didactică și pedagogică, 1984 8. Kant Im. <i>Critica Rațiunii Pure</i>. București, Polirom 2007. 9. Didier L, <i>Dicționar de filosofie</i>. București, ed. Univers Enciclopedie, 1996. 10. <i>Filosofia contemporană</i>, București, Caramond, 1999. 11. <i>Filosofia neokantiană în texte</i>, București 1993 12. Flora L, <i>Filosofie</i>, București, ed. Fundației "România de mâne", 1999. 13. Florian M., <i>Filosofie generală</i>, București, Caramond, 1995. 14. Georgescu D., Lăcătuș M., <i>Mari filosofi ai lumii</i>, București, ed. Didactică și Pedagogică, 1995 15. <i>Istoria filosofiei</i>. sub. red. lui M. Bulgaru, vol. I, II, Chișinău, 1999 16. <i>Lecții de filosofie</i>, București, Humanitas, 1990. 17. Nietzsche F., <i>Amurgul idolilor</i>, Cluj-Napoca, 1990 18. Mirioan M., <i>Filosofie</i>, București, ed. didactică și pedagogică, 1993 19. Vasilie Muscă, <i>Introducere în Filosofia lui Platon</i>, editura Polirom, 2002 20. Schopenhauer A., <i>Lumea ca voință și reprezentare</i>, Iași, 1995 V.1, V.2, V.3 21. Schopenhauer A., <i>Viața. Amorul. Moartea</i>. București, 1992 	

Data completării: 01.09.2021
Natalia

Nicolaiciuc



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și teorie ocupațională					
Denumirea cursului		Istoria mentalităților colective					
Titularul cursului		Leșcu Artur					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 06 A. 44	Anul	III	Semestrul	6
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@ mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Cele mai recente perspective din domeniul discursului istoric (la nouvelle histoire - istoria nouă) se referă la promovarea unei imagini novatoare și globale asupra trecutului, având în vedere modul (sau mai degrabă modurile), manierele în care oamenii societăților trecute văd, percep și își imaginează <u>cosmosul</u>, lumea care-înconjoară, cum se văd pe ei înșiși, cum îi văd pe ceilalți, precum și sistemele de valori în funcție de care își modelează <u>atitudini</u>, <u>comportamente</u>, <u>reacții</u> unii față de ceilalți și față de provocările mediului natural, social sau politic. Într-un cuvânt, paradigma mentală specifică unui anumit timp istoric. Istoria mentalităților a inaugurat o perspectivă dinamică asupra trecutului, încercând să evite capcanele unui <u>determinism</u> rigid, care merge direct de la cauză la efect. Spiritul pluridisciplinar prin care se caracterizează noua viziune istorică (<u>psihologie socială</u>, <u>geografie umană</u>, <u>demografie istorică</u>, <u>lexicologie</u>, <u>semantică</u>, etc.) este unul dintre principalele atribute ale noului tip de discurs. În centrul investigației este așezat nu un om <u>abstract</u> și <u>universal</u>, ci o ființă <u>concretă</u> din punct de vedere istoric, așezat în mijlocul lumii sale și nu rupt de aceasta. Atenția este acordată oamenilor cu toate trăirile, emoțiile, pasiunile, crizele și reveriile lor, uneori raționali, dar cel mai adesea instinctivi, și nu indivizilor care se reduc la o simplă proiecție socială a unei imagini mascate, fie voit, fie accidental.</p>						
	<p>Competențe profesionale: Presupun un bogat sistem de cunoștințe despre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • geneza istoriei mentalităților colective; • personalitățile care au contribuit la instituționalizarea istoriei mentalităților colective; • funcțiile istoriei mentalităților colective; 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • etapele de constituire a istoriei mentalităților colective; • rolul și locul istoriei mentalităților colective în structura științelor socioumane; • concepțiile istoriei mentalităților colective. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • deprinderi de înțelegere a fenomenului social; • capacitate de a explica rolul, și funcționarea instituțiilor sociale; • putere de convingere; • spirit analitic față de procesele care au loc în viața socială și în viață prin prisma istorică; • accesibilitate, simplitate în prezentarea informațiilor și interpretarea fenomenelor; • gândire și imaginație despre procesele globalizării, relațiilor internaționale. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze cuzaitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul istoriei mentalităților colective; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze esența istoriei mentalităților colective; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
			<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>

	11	Utilajul imaginarului: reprezentări, arhetipuri, simboluri, scheme	6	2	1	3
	12	Viziunea despre lume	6	2	1	3
	13	Domeniile imaginarului social.Miturile. Utopiile	6	2	1	3
	14	Utopiile și Istoria	6	2	1	3
	15	Omul nou și Regenerarea	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare& învățare în cadrulcursului/modul ului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea/prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează două lucrări de control (testări).</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală					100%
	Nota pentru evaluarea finală					40%
	Nota evaluarea curentă					20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare					20%
	Nota lucrul individual					20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Philippe Ariès, Omul în fața morții, Buc., Meridiane, 1998. Lucian Boia, Pentru o istorie a imaginarului, Buc., Humanitas, 2000. Idem, Istorie și mit în conștiința românească, Humanitas, 1997. Idem, Sfârșitul lumii. O istorie fără sfârșit, Buc., Humanitas, 1999. Idem, Mitul longevității. Cum să trăim 200 de ani, Humanitas, 1999. Idem (coord), Mitologia științifică a comunismului, Buc., Humanitas, 1999. Jurgis, Baltrusaitis, Evul Mediu fantastic, Buc., Ed. Meridiane, 1975. Marc Bloch, Regii thaumaturgi, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 1996. Fernand Braudel, Structurile cotidianului: posibilul și imposibilul, vol. I, trad. A. Riza, Buc., Editura Meridiane, 1984. Ernst Cassirer, Mitul Statului, Iași, Institutul European, 2001. Michel de Certeau, Fabula mistică. Secolele XVI-XVII, trad. M. Jeanrenaud, Iași, Polirom, 1996. 					

12. Roger Chartier, Lecturi și cititori în Franța Vechiului Regim, Buc., Meridiane, 1997.
13. R. Chartier, Originile culturale ale Revoluției franceze, (trad. din lb. fr.), Timișoara, SEDONA, 1998.
14. Pierre Chaunu, Civilizația Europei în secolul Luminilor, Buc., Ed. Meridiane, 1986.
15. Emil Cioran, Istorie și Utopie, București, Humanitas, 1992.
16. Jean Delumeau, Naissance et affirmation de la Réforme, Paris, PUF, 1965.
17. J. Delumeau, Le catholicisme entre Luther et Voltaire, Paris, PUF, 1971.
18. J. Delumeau, Frica în Occident (secolele XIV-XVIII). O cetate sediată, trad. M. Moraru, vol I-II, Buc., Ed. Meridiane, 1986.
19. J. Delumeau, Mărturisirea și iertarea. Dificultățile confesiunii. Secolele XIII-XVIII, trad. I. Ilinca, Iași, Polirom, 1998.
20. Catherine Durandin, Discurs politic și modernizare în România, Cluj, PUC, 2001, p. 34-45 (Cel mai bun subiect al istoriei românești: țăranul...)
21. Alexandru Duțu, Histoire de la pensée et des mentalités politiques européennes, București, Ed. Universității, 1997.
22. M. Eliade, Aspecte ale mitului, Buc., Ed. Univers, 1978.
23. François Furet, Reflecții asupra Revoluției franceze, Buc., Humanitas, 1992.
24. Raoul Girardet, Mythes et mythologies politiques, Éd. du Seuil, 1986;
25. Mituri și mitologii politice, Iași, Institutul European, 1997.
26. Jacques Le Goff, Imaginarul medieval, Buc., Ed. Meridiane, 1991.
27. L. Le Goff, Negustorii și bancherii în Evul Mediu, trad. N. Ghimpețeanu, Buc., Ed. Meridiane, 1994.
28. J. Le Goff, Nașterea Purgatoriului, trad. M. Carpov, Buc., Ed. Meridiane, 1995, vol. I-II.
29. J. Le Goff, Bani și Viața, trad. E. Stănescu, Buc., Ed. Erasmus, 1993.
30. Paul Hazard, Criza conștiinței europene, Buc., Ed. Univers, 1973.
31. P. Hazard, Gândirea europeană în secolul al XVIII-lea, București, Editura Univers, 1981.
32. Johan Huizinga, Amurgul Evului Mediu, trad. H.R. Radian, Buc., Ed. Meridiane, 1993.
33. La Nouvelle Histoire, Paris, Éd. Complexe, 1988.
34. Mituri istorice românești, (coord. L. Boia), București, Editura Universității, 1995.
35. Massimo Montanari, Foame și abundență. O istorie a alimentației în Europa, trad. D. Cernica, E. Caraboi, Iași, Polirom, 2003.
36. Robert Muchembled, L'Invention de l'homme moderne. Culture et sensibilités en France du XVe au XVIIIe siècle, Paris, Librairie Arthème Fayard, 1988.
37. Robert Muchembled, O istorie a Diavolului. Civilizația occidentală în secolele XII-XX, Ed. Cartier, 2002.
38. S. Nicoară, Mitologiile Revoluției pașoptiste românești. Istorie și imaginar, Cluj-Napoca, P.U.C., 1999.
39. Idem, Istorie și imaginar. Eseuri de antropologie istorică, Cluj-Napoca, P.U.C., 2001.
40. S. Nicoară, T. Nicoară, Mentalități colective și imaginar social. Istoria și noile paradigme ale cunoașterii, Cluj-Napoca, Presa Univ. Clujeană/Mesagerul, 1996.
41. T. Nicoară, Introducere în istoria mentalităților colective, Cluj-Napoca, 1995.
42. Idem, Clio în orizontul mileniului trei, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2002.
43. Omul bizantin, coord. Guglielmo Cavallo Iași, Polirom, 2000.
44. Omul romantic, coord. François Furet, Iași, Polirom, 2000.
45. Omul secolului al XIX-lea, coord. Ute Frevert, H.-G. Haupt Iași, Polirom, 2002.
46. Mona Ozouf, La fête révolutionnaire 1789-1799, Paris, Gallimard, 1976.
47. Al. Fl. Platon, Societate și mentalități în Europa medievală, Iași, Ed. Univ. Al. I. Cuza, 2000.
48. Marius Rotar, Moartea în Transilvania în secolul al XIX-lea, vol. I, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2006.

- | | |
|--|---|
| | <p>49. Jean-Paul Roux, Regele. Mituri și simboluri, Buc., Meridiane, 1998.</p> <p>50. M. Segre, Mituri, rituri și simboluri în societatea contemporană, Tim. Amarcord, 2000.</p> <p>51. Jean- Claude Schmitt, Rațiunea gesturilor în Occidentul medieval, trad. D. Marian, pref. Al. Duțu, Buc., Editura Meridiane, 1998.</p> <p>52. Michel Senellart, Artele guvernării. De la conceptul de "regimen" medieval la cel de guvernare, trad. S. Oprescu, Buc., Ed. Meridiane, 1998.</p> <p>53. Barbu Ștefănescu, Sociabilitate rurală. Violență și ritual, Oradea, Editura universității din Oradea, 2004.</p> <p>54. Elena Tacciu, Mitologie romanică, București, Cartea Românească, 1973.</p> <p>55. Jean-Jacques Wunenburger, Sacrul, trad. M. Căluț, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2002.</p> <p>56. Max Weber, L'ethique protestante et l'esprit du capitalisme, trad. J. Chavy, Paris, Plon, 1964. (trad. Etica protestantă și spiritul capitalismului, Buc., Humanitas, 1993).</p> <p>57. J.-J. Wunenburger, Utopia sau criza imaginarului, trad. T. Ionescu, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2001.</p> <p>58. J.-J. Wunenburger, L'Imaginaire, "Que sais-je?" Paris, PUF, 2003</p> |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Leșcu Artur



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în pediatrie					
Titularul cursului		Racu Serghei					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.06 A.45	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	-	45	75	
Nota de prezentare	<p>Fișa la disciplina <i>Kinetoterapia în pediatrie</i> vizează cu prioritate valorizarea competențelor cheie (transversale și profesionale) care se adresează direct domeniului specific de cunoaștere academică, precum și asigurare a transferabilității tuturor celorlalte competențe cheie, prin deschiderea către abordări inter- și transdisciplinare în interiorul ariei curriculare kinetoterapie, educație fizică și sport și cu celelalte discipline de studiu. Disciplina Kinetoterapie în pediatrie este prevăzută, conform planului de învățământ, în aria curriculară Kinetoterapie și motricitate specială și are menirea să-și aducă contribuția specifică la realizarea dezvoltării complexe a personalității autonome și creative a studenților-finalitate prevăzută în Legea învățământului.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. VI, 150 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Modernizarea Fișei la disciplina <i>Kinetoterapia în pediatrie</i> este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea tehnicilor și metodelor de intervenție kinetoterapeutică adecvate unor contexte specifice. • Identificarea și selectarea metodelor adecvate de evaluare a eficienței și eficacității programelor de intervenție kinetoterapeutică. • Proiectarea și planificarea unui program de intervenție kinetoterapeutică ce 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>presupune utilizarea unor principii și metode clasice, cu valoare recunoscută în domeniu.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aprofundarea cunoștințelor privind probleme ale afecțiunilor pediatrice, tratate din punctul de vedere al kinetoterapeutului, cu referiri la cunoașterea principiilor generale de recuperare a copiilor: obiective, durata, mijloace, utilizarea principiilor de recuperare; tipuri de exerciții dar și cunoașterea modalităților terapeutice specifice cu aplicații în pediatrie. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. • Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterapeutice. • Cunoașterea și implicarea interdisciplinară în refacerea și recuperarea copiilor cu diverse afecțiuni. • Formarea abilităților necesare cooperării multidisciplinare, comunicării și edificării de relații parteneriale fundamentate pe aplicarea cunoștințelor însușite și dezvoltarea raționamentelor științifice transdisciplinare. 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Kinetoterapia în pediatrie; ▪ să explice și să interpreteze diverse tipuri de abordări, concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului pediatriei. ▪ să asimileze conținuturi științifice proprii teoriei și practicii kinetoterapiei în pediatrie. ▪ să valorifice sistematic, selectiv adecvat cele mai noi informații din kinetoterapie în pediatrie, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să proiecteze conținuturile instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, de atitudine; ▪ să aplice metodologia specifică kinetoterapiei în pediatrie; ▪ să îmbine abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de recuperare în pediatrie prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ să aplice metodele și mijloacele de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dea dovadă de o capacitate creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ să dispună de capacitatea de a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ să utilizeze cele mai adecvate principii și metode specifice domeniului pediatriei în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; ▪ să posede un nivel productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în pediatrie. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>23.</p>	<p>Creșterea și dezvoltarea copilului</p>	<p>24</p>	<p>6</p>	<p>8</p>	<p>10</p>
	<p>24.</p>	<p>Paraliziile cerebrale</p>	<p>24</p>	<p>6</p>	<p>8</p>	<p>10</p>
	<p>25.</p>	<p>Distrofia musculară Duchenne</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>10</p>
	<p>26.</p>	<p>Evaluare intermediară</p>	<p>12</p>	<p>-</p>	<p>2</p>	<p>10</p>
	<p>27.</p>	<p>Spina Bifida</p>	<p>16</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>10</p>

	28.	Retardul mintal	24	6	8	10
	29.	Kinetoterapia în malformațiile și deformațiile congenitale ale aparatului locomotor	26	8	8	10
	30.	Evaluarea finală II	8	-	3	5
	Total		120	30	45	75
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, explozia stelară, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, analiza SWOT, lucrul în echipă, metoda Cubul, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale / în pereche.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Diaconu, G., Patologie pediatrică, Ed. „Spiru Haret”, Iași, 2003. 2. Gotia, D.,G., Ortopedie neo-natală, Ed. Symposion, Iași, 1996. 3. Gotia, D.,G., Ortopedie și traumatologie pediatrică, Ed. Universității "Gr.T.Popa", Iași, 2001. 					

- | | |
|--|---|
| | <ol style="list-style-type: none">4. Jianu, M., Zamfir, T., Ortopedie și traumatologie pediatrică, Ed. Tradiția, București, 1995.5. Lazar, D., Patologia aparatului respirator și cardiovascular la copil, Ed. Național, 1998.6. Robanescu, N., Reeducarea neuro-motorie, Ed. Medicală, București, 2001.7. Sbeghe, T., Recuperarea medicală a sechelelor posttraumatice ale membrelor, Ed. Medicală, București, 1981.8. Sbeghe, T., Kinetologie profilactică, terapeutică și de recuperare, Ed. Medicala, București, 1987.9. Sbeghe, T., Kinesiologie - știința mișcării, Ed. Medicală, București, 2002.10. Vlad, T.L., Fiziopatologie, Ed. Universității "Al. I. Cuza", Iași, 2006.11. Rosianu, A. Geormanescu, M., Boli ereditare în pediatrie, Ed. Medicală, București, 1986. |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Racu Serghei



or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia după intervenția postchirurgicală					
Titularul cursului		Racu Sergiu					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.06.A.46	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	75	Total ore pe semestru			150
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	30	-	45	75	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Kinetoterapia după intervenția postchirurgicală” urmărește formarea unui sistem de cunoștințe teoretice și practice de specializare pentru studenții ce-și fac studiile la facultatea de Kinetoterapie. După o intervenție chirurgicală timpul de recuperare depinde foarte mult de afecțiunea suferită și de complexitatea operației. În situația unei intervenții mai ample, în care timpul de recuperare este mai lung, noi putem scurta acest interval respectând sfaturile medicilor și luând câteva măsuri pentru întărirea organismului. În cazul unor persoane poate fi necesar repausul la pat timp de mai multe zile, în cazul altora, la scurt timp după intervenție se recomandă ridicarea din pat și exercițiile de fizioterapie în vederea punerii în mișcare a musculaturii și a articulațiilor și tonizarea generală a organismului. Procesul de recuperare se concentrează în principal experiența în acest domeniu din alte state și recomandările referitoare la studiul recuperării a pacienților post-operatorii.</p> <p>Cunoașterea elementelor de fiziologie normală și patologică a sistemelor: locomotor, cardiovascular, pulmonar și digestiv etc.. Cunoașterea noțiunilor de bază ale kinetoterapiei în patologia boli interne, neurologice, ortopedice, urogenitale etc. Cunoașterea metodelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei utilizate în situații pre- și post-operatorii. Educarea capacității de a folosi un limbaj de specialitate corect în comunicarea cu personalul medical și pacienții.</p> <p>Obiectivul general al programului de studii constă în formarea specialiștilor, abilitați cu capacități și competențe pe direcția ameliorării somato-funcționale și motrice a organismului uman, prin intermediul unor intervenții specifice, de natură kinetoterapeutică. La finele programului de studii studenții vor avea capacitatea de a descrie, explica și demonstra elementele folosite în domeniul kinetoterapiei în recuperarea pacientului după intervenții chirurgicale.</p>						
Competențe profesionale							

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului /modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utilizarea noțiunilor, teoriilor și conceptelor fundamentale din domeniul kinetoterapiei în activitatea și comunicarea profesională; - Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a aprecia calitatea, meritele și limitele unor procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii - Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Operarea cu programe digitale, documentarea și comunicarea într-o limbă de circulație internațională - Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. - Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterape. - Organizarea de activități de kinetoterapie pentru persoane de diferite vârste și niveluri de pregătire în condiții de asistență calificată.
<p>Finalități și performanțe la curs /modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; - valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din Kinetoterapia după intervenția post-chirurgicală, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. - asimilarea conținutului științific propriu teoriei și practicii reabilitării fizice a pacientului după intervenție chirurgicală <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - capacitatea de înțelegere a indicațiilor medicale în programul de recuperare pacientului în etapa post-operatorie; - abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse; - abilitatea de rezolvare a problemelor /situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în recuperarea afecțiunilor cardio-respiratorii și bolilor interne. - capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; - capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității de toleranță la efort a individului; - abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare a pacientului după intervenții chirurgicale;
	<p>Numărul de ore</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs /modul	Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	1	Intervenția chirurgicală generalități: indicații, contraindicații, complicații	12	2	2	6
	2	Metode de evaluare funcțională a pacientului după intervenție chirurgicală	12	2	4	6
	3	Recuperarea pacientului în chirurgia cardiacă	18	4	8	6
	4	Recuperarea în patologia vasculară periferică	12	2	4	6
	5	Recuperarea pacientului în chirurgia pulmonară	12	2	4	6
	6	Recuperarea pacientului în chirurgia abdominală	10	2	2	6
	7	Recuperarea pacientului în chirurgia ortopedică	12	2	4	6
	8	Recuperarea pacientului în neurochirurgie	14	4	4	6
	9	Recuperarea postchirurgicală în leziuni de nervi periferici	10	2	2	6
	10	Evaluarea intermediară	8	-	2	6
	11	Recuperarea în patologia chirurgicală pediatrică	10	2	2	6
	12	Recuperarea în patologia chirurgicală urologică	10	2	2	6
	13	Recuperarea în patologia chirurgicală ginecologică	10	2	2	6
	14	Recuperarea post-chirurgicală a aparatului locomotor	10	2	2	6
		15	Evaluarea finală	7	-	1
		Total	180	30	45	75
Strategii de predare învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul /lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare / lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină.</p>					

	Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia. 3. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentrusubiectele propuse pentru examen.	
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Angelescu N. (2003) Tratat de patologie chirurgicală. Editura medicală, București 2. Bailliere, Tindal (1990) - Respiratory medicine, Ed. Gy R.A.L. Brevis, G. J. Gibson, D.M. Geddees, 3. Dizain, A.M.; Plas-Bourney, M. (1983) - Reeducation respiratoire, Bases pratique et applications therapeutiques; 2eme edition, Masson; Paris 4. Gherasim, L Medicina Interna. Vol. I, II, Editura Medicala. Bucuresti,. 5. Lozinca, Isabela Elemente de patologie a aparatului respirator si recuperarea prin kinetoterapie. Editura Universitatii din Oradea. 6. Lozinca, Isabela (2005) - Recuperarea kinetoterapeutica a pacientilor de pe sectia de chirurgie pulmonara. Editura Universitatii din Oradea. 7. Mackenzie, C. F., Imle C. P., Ciesla N. - (1989) - Chest physiotherapy in the intensive care unit. Second edition Williams & Wilkins. Baltimore-Hong Kong- London-Sydney, 8. Ochiana G., - Rolul kinetoterapiei în recuperarea bolnavilor cardiaci, Editura Pim București 9. Sbenghe, Tudor Reeducarea medicala a bolnavilor respiratori. Editura Medicala, Bucuresti 10. Sbenghe T. – Kinetologie profilactică terapeutică și de recuperare, Ed. Medicală, București, 1987 11. G. Ungureanu, M. Covic. - Terapeutica Medicala, Ed. Polirom Iasi, 2003 12. Zdrengha, B., Branea, I (1995) - Recuperarea bolnavilor cardiovasculari. Editura Clusium. Cluj-Napoca 13. West, J. B. (1991) - Respiratory physiology. The essentials. 4th. Edition Williams & Wilkins 	

Data completării: 01.09.2021
Sergiu

Racu



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Reabilitarea persoanelor cu dizabilități					
Titularul cursului		Racu Serghei / Cebotaru Nina					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.06 O.47	Anul	III	Semestrul	VI
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	-	30	60	
Nota de prezentare	<p>Reabilitarea persoanelor cu dizabilități ca disciplină de specialitate este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul reabilitării, în cadrul facultății Kinetoterapie, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Fișa cursului este axată pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Acumularea volumului necesar de cunoștințe în domeniul reabilitării persoanelor cu dizabilități. • Familiarizarea studenților cu noțiunea de reabilitare, dizabilitate, handicap, dizabilitate multiplă, cecitate, hipoacuzie, PCI. • Evidențierea efectelor specifice ale reabilitării asupra dezvoltării propriilor capacități a persoanelor cu dizabilități. • Utilizarea tuturor mijloacelor de reducere a impactului condițiilor dizabilitante și oferirea posibilității integrării sociale optime a persoanelor cu dizabilități. • Cunoașterea obiectivelor programului kinetic. • Studentul va fi capabil să comunice coerent cunoștințele de bază dobândite. • Prezentarea unui program kinetic de către studenți. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. VI, 120 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 4 credite.</p>						

	<p>Modernizarea Fișei la disciplina <i>Reabilitarea persoanelor cu dizabilități</i> este o necesitate dictată de actualizarea standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cunoașterea principiilor și metodelor de bază ale domeniului reabilitării; • Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice și dizabilității, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul kinetoterapiei, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională; • Explicarea și interpretarea concepției actuale despre locul și rolul kinetoterapiei, ca parte integrantă a acțiunii reabilitare fizică, socială și profesională; • Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; de a aplica metodologia specifică reabilitării persoanelor cu dizabilități; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele și tehnicile specifice kinetoterapiei selectate în raport cu obiectivele și scopurile propuse; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul reabilitării fizice și din domenii înrudite; • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească noțiunile principale ale disciplinei Reabilitarea persoanelor cu dizabilități; ▪ să explice și să interpreteze diverse tipuri de abordări, concepte, situații, procese, proiecte etc. asociate domeniului reabilitării. ▪ să caracterizeze teoriile interpretative a modelelor de abordare a dizabilității; ▪ să asimileze conținuturi științifice proprii teoriei și practicii reabilitării. ▪ să valorifice sistematic, selectiv adecvat cele mai noi informații din reabilitarea persoanelor cu dizabilități, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să proiecteze conținuturile instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, de atitudine; ▪ să aplice metodologia specifică reabilitării persoanelor cu dizabilități; ▪ să îmbine abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ să aplice metodele și mijloacele de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să dea dovadă de o capacitate creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ să dispună de capacitatea de a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ să utilizeze cele mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitării

	<p>în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare;</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să posede un nivel productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în reabilitarea persoanelor cu dizabilități. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	31.	Delimitări conceptuale în reabilitare	8	2	2	4
	32.	Scopurile și rezultatele reabilitării. Efectele lipsei reabilitării	8	2	2	4
	33.	Principiile reabilitării. Echipa de reabilitare	8	2	2	4
	34.	Cadrul conceptual și terminologia dizabilității. Clasificarea dizabilităților	14	4	4	6
	35.	Reabilitarea persoanelor cu dizabilități de intelect	8	2	2	4
	36.	Reabilitarea persoanelor cu dizabilități vizuale	8	2	2	4
	37.	Reabilitarea persoanelor cu dizabilități auditive	8	2	2	4
	38.	Reabilitarea persoanelor cu tulburări de limbaj	8	2	2	4
	39.	Reabilitarea persoanelor cu dizabilități fizice	8	2	2	4
	40.	Reabilitarea persoanelor cu handicap de comportament	8	2	2	4
	41.	Reabilitarea persoanelor cu dizabilități multiple. Polihandicapul	24	6	6	12
	42.	Personalitatea kinetoterapeutului – factor de succes în tratamentul pacientului	10	2	2	6
Total			120	30	30	60
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, explozia stelară, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, analiza SWOT, lucrul în echipă, metoda Sinelg, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale / în pereche.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Nota finală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%	
Nota finală	100%											
Nota pentru evaluarea finală	40%											
Nota evaluarea curentă	20%											
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%											
Nota lucrul individual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>35. Vâgotski L. S. Opere psihologice alese, vol. V, Bazele defectologiei, Moscova: Editura ASP, 1983.</p> <p>36. Verza E. Psihopedagogie specială. Manual pentru cl. a XIII-a, București: Ed. Didactică și pedagogică, 1996. 135 p. ISBN 973-30-4141-6.</p> <p>37. Tache G.O. Bazele teoretice ale kinetoterapiei de recuperare - note de curs, București: Editura APP, 1998. ISBN 973-9073-10-7.</p> <p>38. Moțet D. Enciclopedia de Kinetoterapie, vol.II, București: Editura „Semne”, 2010. 748 p. ISBN 973-624-880-1.</p> <p>39. Popovici D.V., Racu S. Recuperarea copiilor cu polihandicap, Chișinău: Ed. Tipografia Centrală, 2012. 244 p. ISBN 978-9975-53-109-2.</p> <p>40. Racu A., Verza Fl., Racu S. Pedagogia Specială, Chișinău: Ed. Tipografia Centrală, 2012. 316 p. ISBN 978-9975-53-061-3.</p> <p>41. Racu A., Racu S. Dicționar Enciclopedic de Psihopedagogie Specială, Chișinău: Ed. Tipografia Centrală, 2013. 312 p. ISBN 978-9975-53-194-8.</p> <p>42. Racu S., Cebotaru N. Social Inclusion of People with Disabilities Through Sports Activities, 2018 – 4th International Conference of the Universitaria Consortium "IMPACT OF SPORTS SCIENCE AND PHYSICAL EDUCATION IN CONTEMPORARY SOCIETY", Iași, Romania. ISBN 978-88-87729-54-2.</p> <p>43. Cebotaru N., Racu S., Communication development in children with special educational needs through game at physical education lessons, 2019, Eurasian Journal of Sport Sciences and Education (EJSSE), https://dergipark.org.tr/tr/pub/ejsse, Turcia.</p> <p>44. Cebotaru, N., Racu S., Inclusive school environment and mechanisms for the emergence of segregation barriers in school, 2020, SPORT AND SOCIETY Interdisciplinary Journal of Physical Education and Sports, Volumul 20, nr.1, Iași, România. https://www.sportsisocietate.ro/articol/492</p> <p>45. Cebotaru N. Formarea competențelor de comunicare la elevi cu retard mintal prin activități de educație fizică, teza de doctor în șt. ale ed., Chișinău, 2021. 220 p.</p> <p>46. Дьячков А. И. Краткий дефектологический словарь, Москва: Издательство „Просвещение”, 1978.</p>											

Data completării: 01.09.2021

Data completării: 01.09.2021

Cebotaru Nina

Racu Serghei

ANUL IV, SEMESTRUL VI

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001 Motricitate speciala si recuperare					
Denumirea cursului		Metrologia sportului					
Titularul cursului		Arsene Igor, Mileacova Elena					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.07.O.48	Anul	IV	Semestrul	7
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (f–componenta fundamentală)							
Catedra	BTCF	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedra_btcf@mai.l.ru rogienesra@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Metrologia sportului” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul Educației fizice și sportului, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport. Disciplina Metrologia Sportului este o necesitate dictată de actualizarea a standardelor în educație și de schimbările survenite odată cu adoptarea unei pedagogii a competențelor cu eliminarea erorilor și implicațiilor bazate pe știința despre măsurători și calculele matematicii statistice în domeniul educației fizice produse în ultimii ani. Această modificare presupune elaborarea de suporturi noi din perspectiva trecerii de la modelul centrat pe obiective la modelul axat pe competențe – un ansamblu/sistem integrat de cunoștințe, capacități, deprinderi și atitudini dobândite de studenți prin învățare și mobilizate în contexte specifice de realizare, adaptate nivelului cognitiv al studentului, în vederea rezolvării unor probleme cu care acesta se poate confrunta în viața reală.</p> <p>Disciplina Metrologia Sportului își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie ce formează calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea disciplinei cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația Metrologică are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, Metrologia Sportivă națională și universală are menirea de a forma un cetățean competent cu vederi democratice bazate pe știința de a măsura, cercetare, măsurare, control, verificare, analiză, calcule matematice care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p>						

	<p>Obiectivele la Disciplina metrologia sportului sunt axate în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Demonstrarea capacităților de a aplica, transfera și combina cunoștințe teoretice și practice în domeniul Educație Fizică și Sport. 2. Elaborarea și prelucrarea documentelor în sfera Educației Fizice și Sport . 3. Aplicarea științei măsurărilor în domeniul Educație Fizică și Sport în cadrul activităților practice și soluționarea studiilor de caz. 4. Elaborarea rapoartelor de activitate privind realizarea strategiilor de dezvoltare în Educația Fizică și Sport, bazate pe date reale măsurate. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile disciplinei metrologia sportului vin să ajute la realizarea obiectivelor cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic. Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an IV., sem. 7, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Educației Fizice și Sport.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>După absolvirea ciclului I al învățământului superior, tânărul specialist va fi capabil să:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Să fie conștient de importanța socială a viitoarei profesii, să aibă motivația de a desfășura activitatea profesională; 2. Să aplice în practică cunoștințele fundamentale ale domeniului culturii fizice și sportului; 3. Să formeze la subiecții actului educativ trăsături sociale și de personalitate: responsabilitate, seriozitate, angajament, comunicare, toleranță etc; 4. Să educe la subiecți motivația de a practica proba de sport aleasă; 5. Să utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților actului educativ, pentru formarea la aceștia a culturii unui mod sănătos de viață, necesității de practicare permanentă a culturii fizice și sportului, formarea unei poziții de viață activă etc; 6. Să selecteze și să utilizeze literatura științifico-metodică și alte surse de informații, necesare pentru pregătirea și realizarea activității profesionale a antrenorului; 7. Să utilizeze actele normative care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitate a profesională a antrenorului; 8. Să elaboreze documente de planificare, de evidență și evaluare pentru organizațiile educaționale și sportive; 9. Să elaboreze proiecte didactice ale ședințelor de instruire și antrenament în conformitate cu planul anual, etapele pregătirii multi anuale, specializarea, nivelul de pregătire, sexul și categoria de vârstă în corelație cu știința măsurărilor; 10. Să evalueze și să analizeze critic propria activitate profesională; 11. Să realizeze autoanaliza și autocontrolul în procesul ședințelor de instruire și antrenament; 12. Să organizeze și să efectueze cercetări științifice în procesul activității profesionale; 13. Să acorde primul ajutor premedical în procesul de instruire și antrenament; 14. Să aplice metodele de asigurare și de autoasigurare în procesul îndeplinirii sarcinilor motrice, să respecte normele de securitate în procesul ședințelor de instruire și antrenament; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>CT1 – Să selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate obiectivelor trasate</p>

	<p>procesului de instruire și antrenament;</p> <p>CT2 – Să utilizeze creativ cunoștințele pedagogice, pentru a rezolva sarcinile didactice bazate pe caracteristicile individuale ale subiecților și nivelul pregătirii sportive al acestora;</p> <p>CT3 – Să efectueze corectarea sarcinilor procesului educațional, să restructureze metodele de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, a instruirii și educației;</p> <p>CT4 – Să stabilească relații adecvate cu sportivii, specialiștii și administrația organizației educaționale și sportive, în care își desfășoară activitatea;</p> <p>CT5 – Să poseze terminologia profesională corectă, precum și mijloacele de comunicare.</p>					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Metrologia sportului” (acumulări planice de date asupra grupelor matrtor și experiment, anchetare prin chestionare, mijloacele tehnice de măsurare și control, motivația pentru a pune în aplicare știința măsurărilor, rezultatul final etc.); ➤ să definească noțiunea de control metrologic în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască strategiile de dirijare în cultra fizică și sport; ➤ să identifice specificul activității în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască care este specificul domeniul culturii fizce și sport; ➤ să cunoască particularitățile disciplinei „Metrologia sportului”; ➤ să cunoască aspectele conceptuale ale științei măsurărilor. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegereși aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să determine motivele care îl fac pe student să aplice știința măsurărilor în antrenamente sportive; ➤ să rezolve problemele practice care sunt după fiecare temă studiată cu aplicarea măsurărilor și matematicii statistice în sport; ➤ să determine care sunt factorii ce influențează asupra organismului uman și să găsească metode de estimare cantitative pentru dirijarea acestora; ➤ să aplice cunoștințeleșicapacitățile acumulate în timpul practicii de specialitate. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama și de aspectele economico - finaciare și asupra menegmentul sistemului de cultură fizică în timpul practicii de specialitate aplicând metode de estimare cantitativă a indicilor calitativi; ➤ să cunoască care sunt aspectele efective de organizare și dirijare a activității culturii fizice și sport; ➤ să poată găsi corelația dintre norme și rezultatele obținute în cultura fizică și sport; <p>să aplice cunoștințele teoretice obținute în cadrul disciplinei „Metrologia sportului” în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	<p>Tema 1: Introducere în Metrologia sportului.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Introducere în metrologia sportivă ▪ Obiectul metrologiei sportive ▪ Antrenamentul sportiv ca proces de dirijare ▪ Noțiunea de dirijare ▪ Dirijarea în cadrul unui antrenament sportiv <p>Controlul în cadrul unui antrenament sportiv</p>	15	4	2	6
	2	<p>Tema 2: Bazele teoriei măsurărilor în</p>	15	4	2	6

		<p>cultura fizică și sport.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Scări de măsură ▪ Scara numelor (scara nominală) ▪ Scara ordinală ▪ Scara intervalelor ▪ Scara raporturilor ▪ Unitățile de măsură ▪ Precizia măsurărilor ▪ Eroarea de bază și cea suplimentară ▪ Eroarea absolută și cea relativă <p>Eroarea sistematică și cea întâmplătoare</p>				
3		<p>Tema 3: Metodele statistico-matematice de prelucrare a rezultatelor măsurărilor.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Șiruri unidimensionale ale rezultatelor măsurărilor ▪ Compunerea șirurilor de repartizare și prezentările lor grafice ▪ Caracteristicile statistice de bază ale șirului de măsurări ▪ Curba repartizării normale ▪ Alte caracteristici ale repartizării ▪ Prelucrarea matematică a rezultatelor măsurărilor directe ▪ Interdependența rezultatelor măsurărilor ▪ Interdependențele funcțională și statistică ▪ Câmpul corelațional ▪ Aprecierea densității interdependenței ▪ Directivitatea interdependenței ▪ Regresia ▪ Metodele de calculare a coeficienților interdependenței ▪ Calcularea coeficientului liniar parțial corelației ▪ Calcularea raportului corelațional ▪ Calcularea coeficienților parțiali și multiplu de corelație ▪ Calcularea coeficientului de corelație prin ranguri ▪ Calcularea coeficientului tetrahoric de conjugare ▪ Ipotezele statistice și autenticitatea caracteristicilor statistice ▪ Verificarea ipotezelor statistice ▪ Construcția intervalelor de încredere ale caracteristicilor statistice ▪ Compararea a două medii aritmetice de selecție (selecții independente) ▪ Compararea a două selecții corelative medii de sondaj ▪ Compararea a două caracteristici ale 	15	8	3	11

	<ul style="list-style-type: none"> <i>variațiilor de sondaj</i> ▪ <i>Evaluarea normalității repartizării</i> ▪ <i>Evaluarea autenticității coeficienților de corelație</i> ▪ <i>Analiza dispersională</i> ▪ <i>Noțiunile de bază ale analizei dispersionale</i> ▪ <i>Analiza de dispersie cu un factor</i> ▪ <i>Analiza de dispersie la corelația datelor</i> <p><i>Coeficientul de corelație din interiorul clasei</i></p>				
4	<p>Tema 4: Bazele teoriei testelor.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Noțiunile de bază</i> ▪ <i>Echivalența testului</i> ▪ <i>Siguranța testelor</i> ▪ <i>Noțiunea de siguranță a testelor</i> ▪ <i>Noțiunile de bază</i> ▪ <i>Estimarea siguranței conform datelor experimentale</i> ▪ <i>Siguranța în practica lucrului cu testele</i> ▪ <i>Stabilitatea testului</i> ▪ <i>Concordanța testului</i> ▪ <i>Căile de ridicare a siguranței testului</i> ▪ <i>Informativitatea testelor</i> ▪ <i>Noțiuni generale</i> ▪ <i>Informativitatea empirică (primul caz – există un criteriu de măsurat)</i> ▪ <i>Informativitatea empirică (cazul doi – un criteriu unic nu există; informativitateafactorială)</i> ▪ <i>Informativitatea empirică în munca practică</i> <p><i>Informativitatea de conținut (logică)</i></p>	15	4	2	5
5	<p>Tema5: Bazele teoriei elvaluărilor</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Problema estimărilor</i> ▪ <i>Tabelele de punctaj la diferite genuri de sport și scările de estimații</i> ▪ <i>Sarcinile principale ale evaluării</i> ▪ <i>Problema criteriului</i> ▪ <i>Scările de estimații</i> ▪ <i>Scările standard</i> ▪ <i>Scara percentilă</i> ▪ <i>Scara punctelor selectate</i> ▪ <i>Scările parametrice</i> ▪ <i>Scara ICSCF (Institutul Central de Stat de Cultură Fizică)</i> ▪ <i>Estimarea complexului de teste</i> ▪ <i>Normele</i> ▪ <i>Varietățile de norme</i> ▪ <i>Normele de vârstă</i> ▪ <i>Evidențaparticuliaritățilorconstituției corpului</i> ▪ <i>Valabilitatea normelor</i> 	15	6	2	8
6	<p>Tema 6. Metode de estimare cantitativa a indicilor calitativi.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Noțiunile fundamentale în cvalimetrie</i> 	15	4	2	9

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ <i>Metoda estimațiilor de expert</i> ▪ <i>Metoda de anchetare</i> 				
	Total	90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<p>Arsene I.A. Mijloace tehnice de instruire. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică. - Chișinău: INEFS, 2002. – 69 p</p> <p>Arsene I.A. Metrologie sportivă. Material didactic-referativ pentru instituțiile de cultură fizică facultatea fără frecvență. - Chișinău: INEFS, 2004. – 58 p.</p> <p>Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). - Chișinău: USEFS, 2007. – 152 p.</p> <p>Arsene I.A. Metrologie sportivă. Bazele statisticii matematice (curs de bază). Programa pentru facultățile de educație fizică și sport. - Chișinău: USEFS, 2007. – 30 p</p> <p>Arsene I.A. Metrologia sportivă (întrebări și răspunsuri). Volumul I. Material didactic-referativ pentru studenții USEFS. În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova – Chișinău: "Valinex" SRL. 2010.-160p.</p> <p>Arsene I.A. Metrologia sportivă (Suport de curs). Material didactic – referativ pentru</p>				

	<p>studenții USEFS (întrebări și răspunsuri). În ajutorul studentului. Ministerul educației al Republicii Moldova – Chișinău: ”Valinex” SRL. 2011.-112p.</p> <p>Arsene I.A. Proiecte didactice la disciplina „Metrologia sportivă”. Chișinău ., USEFS., 2012, Catedra „Teoria și Metodica Culturii Fizice”.format electronic.</p> <p>Arsene I.A. Metrologia sportului (concepții generale). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor de educație fizică și sport.-Ch.: USEFS, 2013 (Tipografia „Valinex”).,- 51 p.</p> <p>Arsene I.A. Metrologia sportivă(dicționar ghid). Material didactic referativ pentru studenții instituțiilor cu profil sportiv: În ajutorul studentului. -Ch. Valinex, 2014. - 274 p.</p> <p>Arsene I.A. Metrologia sportului : Caiet de seminare : (pentru studenți) / Arsene Igor ; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport, Catedra Teoria și Metodica Culturii Fizice. – Chișinău : USEFS, 2015. – 36 p.</p> <p>Literatură facultativă (selectivă):</p> <p>Демченко П.П. Математико–аналитические методы в структуре педагогических исследований физической культуры. Учебное методическое - пособие для высших учебных заведений физической культуры. – Ch., 2009.</p>
--	--

Data completării: 01.09.2021
Igor

Arsene

Mileacova Elena



FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001 Motricitate speciala si recuperare</i>					
Denumirea cursului		Istoria culturii fizice					
Titularul cursului		Arsene Igor					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F.07.O.49	Anul	IV	Semestrul	7
Nr.credite	2	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	30	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			60
Regimul disciplinei (f–componenta fundamentală)							
Catedra	BTCF		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)				
e-mail	catedra_btcf@mail.ro u rogienesra@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			60	15	15	-	30
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel se realizează compatibilitatea curriculumului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația prin <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i> are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. In acest context, <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i> are menirea de a forma un cetățean cu vederi democratice, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Pe parcursul studierii disciplinei <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i>, curriculumul propune familiarizarea studenților cu probleme fundamentale din cultura fizică a lumii și a civilizațiilor <i>antice, medievale, moderne și contemporane</i>. Sugestiile de conținuturi sînt abordate atît în contextul cronologic, cît și cel geografic (național, regional, european și mondial). Astfel, predarea și învățarea <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i> se focalizează pe înțelegerea specificului cunoașterii <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i> și pe funcționalitatea acesteia pentru diferite domenii de activitate. Curriculumul de față își propune să stimuleze interesul pentru valorile culturale naționale și universale, să asigure condiții în formarea personalității studentului pentru continuarea învățării după facultate și să utilizeze abilitățile formate în cadrul lecțiilor de <i>Istoria Culturii Fizice și Sportului</i> în viața cotidiană.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează cadrelor didactice universitare, studenților, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist,</p>						

	<p>pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p><i>Curriculumul este axat pe următoarele componente:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> □ competențe-cheie / transversale și transdisciplinare; □ competențe specifice ale disciplinei. <p>Strategiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții Universității de Stat de Educație Fizică și Sport vor studia disciplina dată în 60 ore pe parcursul unui semestru (pentru toate specialitățile).</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții masteranzi ai USFFS vor studia disciplina dată în an IV., sem. 7, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 2 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul Culturii Fizice și Sport.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modului ui</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p>După absolvirea ciclului al învățământului superior, tânărul specialist va fi capabil să:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fie conștient de importanța socială a viitoarei profesii, să aibă motivația de a desfășura activitatea profesională; 2. Aplice în practică cunoștințele fundamentale ale domeniului culturii fizice și sportului; 3. Formeze la subiecții actului educative trăsături sociale și de personalitate: responsabilitate, seriozitate, angajament, comunicare, toleranță etc; 4. Formeze la subiecți motivația de a practica proba de sport aleasă; 5. Utilizeze valorile spirituale acumulate în domeniul culturii fizice și sportului, cunoștințele despre trăsăturile de personalitate ale subiecților actului educativ, pentru formarea la aceștia a culturii unui mod sănătos de viață, necesității de practicare permanentă a culturii fizice și sportului, formarea unei poziții de viață activă etc; 6. Selecteze și să utilizeze literatura științifico-metodică și alte surse de informații, necesare pentru pregătirea și realizarea activității profesionale a antrenorului; 7. Utilizeze actele normative care reglementează activitatea școlilor cu profil sportiv și activitatea profesională a antrenorului; 8. Elaboreze documente de planificare, de evidență și evaluare pentru organizațiile educaționale și sportive; 9. Elaboreze proiecte didactice ale ședințelor de instruire și antrenament în conformitate cu planul anual, etapele pregătirii multi anuale, specializarea, nivelul de pregătire, sexul și categoria de vârstă; 10. Să evalueze și să analizeze critic propria activitate profesională; 11. Realizeze autoanaliza și autocontrolul în procesul ședințelor de instruire și antrenament; 12. Organizeze și să efectueze cercetări științifice în procesul activității profesionale; 13. Acorde primul ajutor premedical în procesul de instruire și antrenament; 14. Aplice metodele de asigurare și de autoasigurare în procesul îndeplinirii sarcinilor motrice, să respecte normele de securitate în procesul ședințelor de instruire și antrenament; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <p>CT1 - .Selecteze și să aplice mijloacele și metodele adecvate obiectivelor trasate procesului de instruire și antrenament;</p> <p>CT2 – Utilizeze creative cunoștințele pedagogice, pentru a rezolva sarcinile didactice bazate pe caracteristicile individuale ale subiecților și nivelul pregătirii sportive al acestora;</p> <p>CT3 – Efectueze corectarea sarcinilor procesului educațional, să restructureze metodele de activitate, în funcție de situația specifică a procesului de antrenament, a instruirii și</p>

	educației; CT4 – Stabilească relații adecvate cu sportivii, specialiștii și administrația organizației educaționale și sportive, în care își desfășoară activitatea; CT5 – Posede terminologia profesională corectă, precum și mijloacele de comunicare.																																		
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să definească noțiunile principale ale disciplinei „Istoriei Culturii Fizice și Sportului” (acumulări planice de date asupra grupului matritor și experimenta, anchetare prin chestionare, mijloacele tehnice de măsurare și control, motivația pentru a pune în aplicare știința măsurărilor, rezultatul final etc.); ➤ să definească noțiunea de „Istoria Culturii Fizice și Sportului” și rolul acestea în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască strategiile de dirijare în cultura fizică și sport; ➤ să identifice specificul activității în cultura fizică și sport; ➤ să cunoască care este specificul domeniului culturii fizice și sport; ➤ să cunoască particularitățile „Istoriei Culturii Fizice și Sportului”; ➤ să cunoască aspectele conceptuale ale „Istoriei Culturii Fizice și Sportului”. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <p>Înțelegerea și utilizarea adecvată a limbajului de specialitate</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Înțelegerea și reprezentarea timpului și a spațiului Culturii Fizice și Sportului 3. Cunoașterea și interpretarea surselor Istoriei Culturii Fizice și Sportului 4. Determinarea relațiilor de cauzalitate și schimbare în Istoria Culturii Fizice și Sportului 5. Aprecierea critică și obiectivă a situațiilor, faptelor și proceselor din Istoria Culturii Fizice și Sportului 6. Manifestarea atitudinii pozitive față de impactul evenimentelor Istoriei Culturii Fizice și Sportului asupra dezvoltării culturii societății 7. Formarea comportamentelor democratice și a valorilor general-umane 8. Competența de a păstra și de a aprecia patrimoniul național și local în context universal. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ să țină seama de aspectele și analiza critică și sinteza lecturilor; ➤ să cunoască care sunt aspectele lecturii conștiente, înțelegerea textelor, a izvoarelor și documentelor Istoriei Culturii Fizice și Sportului ; ➤ să poată găsi corelația și deosebirea dintre general și particular și să critice asupra conținuturilor Istoriei Culturii Fizice și Sportului ➤ să aplice cunoștințele teoretice obținute în cadrul disciplinei „Istoriei Culturii Fizice și Sportului” în cadrul unui proiect elaborat, sub îndrumarea profesorului. 																																		
	Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	<table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">N/o</th> <th rowspan="2">Conținuturile unității de curs/modul</th> <th colspan="4">Numărul de ore</th> </tr> <tr> <th>Total</th> <th>Curs</th> <th>Seminar</th> <th>LI</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Obiectul, izvoarele, metodele și rolul de cercetare ale istoriei culturii fizice</td> <td>8</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Evoluția biologică și socială a omului, originea exercițiilor fizice, forme de practicare ale exercițiilor fizice la populațiile primitive</td> <td>8</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>2</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Exercițiile fizice practicate în perioada de început a antichității de populațiile din Egipt, India, China, Japonia</td> <td>8</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Educația fizică în Grecia antică în perioada preeleneică și în perioada clasică (concepția greacă despre educație, instituțiile și procesul de educație, gimnastica, orchestica, agonistica, jocurile olimpice antice, etapele înfloririi și declinului educației fizice în Grecia antică)</td> <td>8</td> <td>1</td> <td>1</td> <td>4</td> </tr> </tbody> </table>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore				Total	Curs	Seminar	LI	1	Obiectul, izvoarele, metodele și rolul de cercetare ale istoriei culturii fizice	8	1	1	2	2	Evoluția biologică și socială a omului, originea exercițiilor fizice, forme de practicare ale exercițiilor fizice la populațiile primitive	8	1	1	2	3	Exercițiile fizice practicate în perioada de început a antichității de populațiile din Egipt, India, China, Japonia	8	1	1	4	4	Educația fizică în Grecia antică în perioada preeleneică și în perioada clasică (concepția greacă despre educație, instituțiile și procesul de educație, gimnastica, orchestica, agonistica, jocurile olimpice antice, etapele înfloririi și declinului educației fizice în Grecia antică)	8	1	1
N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore																																	
		Total	Curs	Seminar	LI																														
1	Obiectul, izvoarele, metodele și rolul de cercetare ale istoriei culturii fizice	8	1	1	2																														
2	Evoluția biologică și socială a omului, originea exercițiilor fizice, forme de practicare ale exercițiilor fizice la populațiile primitive	8	1	1	2																														
3	Exercițiile fizice practicate în perioada de început a antichității de populațiile din Egipt, India, China, Japonia	8	1	1	4																														
4	Educația fizică în Grecia antică în perioada preeleneică și în perioada clasică (concepția greacă despre educație, instituțiile și procesul de educație, gimnastica, orchestica, agonistica, jocurile olimpice antice, etapele înfloririi și declinului educației fizice în Grecia antică)	8	1	1	4																														

	5	Educatia fizica în roma antica (perioada republicii si perioada imperiului)	8	2	2	4
	6	Educatia fizica în evul mediu (perioada de început si perioada clasica)	8	2	2	2
	7	Conceptiile despre educatie în perioada renasterii (umanistii), reprezentantii pedagogiei realiste si rationaliste	8	1	1	2
	8	Sistemele nationale de educatie fizica din secolele al XVIII-lea si al XIX-lea: sistemul francez, elvetian, german, danez, suedez, englez	8	1	1	2
	9	Jocurile olimpice antice. restaurarea jocurilor olimpice moderne	8	1	1	2
	10	Exercitiile fizice practicate pe teritoriul tarii noastre în antichitate si perioada evului mediu	8	2	2	2
	11	Începuturile educatiei fizice scolare si universitare în romania si în Rrepublica Moldova	10	2	2	2
Total			60	15	15	30
Strategii de predare& învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților masteranzi pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale</i> formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului masterand, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea)	Nota finală			100%		
	Nota pentru evaluarea finală			40%		
	Nota evaluarea curentă			20%		

exprimată în %)	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cojocaru, A., Cojocaru, M. – Cursul teoretic predate 2. Nicu, A. (2000) – Istoria exercițiilor fizice, București, Editura Fundației România de Mâine 2. Postolache, N. (1995) – Istoria sportului în România, București, 4. Postolache, N. (2007) Istoria universală a kinetoterapiei, București, Editura Fundației România de Mâine 3. Postolache, N. (2008) – Istoria educației fizice, sportului și olimpismului, București, Editura Fundației România de Mâine 4. Kirițescu, Ctin, (1964) – Palestrica, București, Editura UCFS. 5. Enciclopedia Educației Fizice și Sportului din România, vol. I, II și III, Editura Aramis, 2002 6. http://www.scritub.com/timp-liber/sport/ISTORIA-CULTURII-FIZICE1443202411.php 7. Anthichitatea greco-romana despre sport (antologie) - Editura Sport - Turism, Bucuresti, 1980. 8. http://old.mts.gov.md/sites/default/files/document/attachments/strategia_de_dezvoltare_a_culturii_fizice_si_sportului_din_republica_moldova_pentru_anii_2013-2020_si_planul_operational_de_implementare_a_strategiei.pdf <p>Bibliografie obligatorie:</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Neta, G., Rusu, Flavia, 1998, Istoria milenara a Educatiei Fizice si Sportului, Editura Risoprint, Cluj-Napoca 10. Rusu, Flavia, 2004, Educatia fizica si sportul de la origini la Jocurile Olimpice moderne, Editura Napoca Star, Cluj-Napoca 11. Rusu, Flavia - Istoria EFS - curs (http://www.sport.ubb.cluj.ro) 12. Banciulescu, V., 1976, Acest straniu secol al sportului, Editura "Sport-Turism" Bucuresti 13. Banciulescu, V., 1989, Orele astrale ale sportului, Editura "Sport-Turism" Bucuresti 14. Kiritescu, C-tin, (1964), Palestrica, Editura U.C.F.S., Bucuresti 15. Lucas, J., 1992, Future of Olympic Games, Human Kinetics Champaign-Illinois 16. Maroti, s., Dan, Mirela, Marcu, V., 2000, Miscarea Olimpica din Romania, Editura Imprimeriei de vest, Oradea 17. Matei, I., 1985, Ramul de maslin al Olimpiei, Editura Albatros, Bucuresti 18. Matei, H., 1995, Enciclopedia antichitatii, Editura Meronia, Bucuresti 19. Mitra, Gh., 1984, Constelatia Olimpiadelor, Editura Sport-Turism, Bucuresti 20. Zamarovsky, V. Renasterea Olimpiei, Editura Sport-Turism, Bucuresti, 1988. 	



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		KINETOTERAPIE ȘI TERAPIE OCUPAȚIONALĂ					
Denumirea cursului		Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare					
Titularul cursului		Carp Ivan					
Ciclul (L – licență)	M	Codul cursului	F.07.O.47	Anul	IV	Semestrul	VII
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe Semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra-tmcf@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15		45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Bazele teoretico-metodice ale activității de cercetare” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul de formare profesională „Motricitate specială și recuperare,, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Este elaborată în baza teoriei curriculumului, aplicată la nivel normativ și prescriptiv, vizînd dimensiunea funcțională, structurală și operațională a procesului de învățământ, ce marchează cadrul epistemologic specific cercetării în domeniul științelor sportului, vizînd practica investigațională și de pregătire a sportivilor.</p> <p>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele și finalitățile planului de învățământ:</p> <p>a) formarea unei personalități multilateral dezvoltate și creative, pregătirea, perfecționarea și recalificarea la nivel superior a specialiștilor și cadrelor științifice în diverse domenii;</p> <p>b) realizarea aspirațiilor, personalității de a-și aprofunda și extinde studiile la masterat;</p> <p>c) promovarea fenomenelor epistemologice ale cercetărilor științifice în domeniul motricitate specială și recuperare, precum și implementarea rezultatelor acestora;</p> <p>d) păstrarea, îmbogățirea și propagarea patrimoniului științific, artistic și cultural.</p> <p>La realizarea acestor obiective o contribuție valorică poate avea activitatea profesională a cadrelor didactice orientată spre formarea competențelor de cercetare la studenți menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi prevăzuți.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții programului „Kinetoterapie și terapie ocupațională,, ai USFFS vor studia disciplina dată în an IV., sem. viI, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul antrenamentului sportiv.</p>						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Formarea și dezvoltarea unui sistem de competențe generale și specifice, care asigură pregătirea profesional-științifică și metodică a absolventului pentru domeniul motricitate specială și recuperare; * Identificarea particularităților de dezvoltare a domeniului științe ale sportului/kinetoterapie pe plan național și internațional; * Aplicarea fundamentelor teoretice pe parcursul cercetărilor întreprinse pentru elaborarea tezei de licență; * Asigurarea unui climat eficient pentru politica investigațională din domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale. <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> * Gestionarea informațiilor specifice rezolvării sarcinilor complexe de cercetare ale teoriei antrenamentului sportiv prin prisma fenomenelor epistemeologice; * Autoevaluarea obiectivă a nevoii de formare profesională în scopul inserției și adaptabilității la cerințele pieței muncii (studiilor de masterat) în ceea ce privește cercetarea științifică în domeniul Kinetoterapiei și terapiei ocupaționale . 						
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să cunoască direcțiile prioritare și problemele actuale de cercetare ale motricității, kinetoterapiei și terapiei ocupaționale * să cunoască terminologia specifică activității de cercetare științifică, care va permite obținerea informației necesare pentru realizarea activității profesionale a kinetoterapeuților care va fi convertită, în procesul însușirii prin în cunoștințe necesare pentru practica domeniului; * să cunoască teoriile și metodologiile științifice moderne ale kinetoterapiei și terapiei ocupaționale precum și tendințele de dezvoltare ale acestora. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede capacități de a transfera cunoștințele teoretice și științifice generale în domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale ; * să determine și să realizeze obiective cu caracter de cercetare prin diferite variante de soluționare ale acestora în baza proiectelor elaborate de autor; * să posede capacități de promovare și aplicare a proceselor inovative de utilizare a tehnicilor și metodelor kinetoterapeutice și terapie ocupaționale în procesul de reabilitare; * să aplice în practica activității de cercetare științifică a experienței avansate din domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale , precum și de a identifica destinația de realizare a obiectivelor specifice procesului de reabilitate a pacienților . <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> * să posede aptitudini de utilizare a metodelor de prelucrare a rezultatelor cercetărilor științifice cu aplicarea metodelor statisticii matematice, tehnologiilor informaționale moderne; * să poată găsi legăturile dintre cererea și oferta de cercetare în domeniul kinetoterapiei și terapiei ocupaționale; * să respecte metodologia și etica cercetării științifice ce dezvoltă domeniul general de studiu „Științe ale sportului,, 						
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la</p>	<p align="center">N/o</p>	<p align="center">Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p align="center">Numărul de ore</p>				
			<p align="center">Total</p>	<p align="center">Curs</p>	<p align="center">Seminar</p>	<p align="center">Lab</p>	<p align="center">LI</p>
			6	2	1		3
			8	3	1		4
			8	3	1		4
			12	4	2		6

curs	5	Metode de cercetare și cunoaștere în domeniul științei sportului/kinetoterapiei	12	4	2		6
	6	Organizarea și desfășurarea cercetării.	12	4	2		6
	7	Tehnologia elaborării tezei de licență.	14	4	3		7
	8	Măsurarea în cercetarea științifică	12	4	2		6
	9	Deontologia cercetării științifice.	6	2	1		3
	Total			90	30	15	
Strategii de predare-învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată și laborator. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz a mecanismului de activitate a industriei turistice naționale, diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două referate</i> prezentate Power Point, cu tematică la alegere, în care se vor evalua cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două sau mai multe subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>						
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală					100%	
	Nota pentru evaluarea finală					40%	
	Nota evaluarea curentă					20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare					20%	
	Nota lucrul individual					20%	
Referințe bibliografice	<p>1. Gagea A. Tratat de cercetare științifică în educație fizică și sport/-București: Discobolul, 2010.- 665 p.</p> <p>2. Carp I. Pregătirea specialiștilor din domeniul culturii fizice și sportului pentru activitatea de cercetare științifică/- Ch.: Valinex SA, 2003. 184 p.</p> <p>3. Carp, Ion, Bazele teoretico-metodologice ale activității de cercetare: curs universitar/ Carp Ion, Ababei Radu; Univ. de Stat de Educație Fizică și Sport. Chișinău: S.n., 2016 (Tipogr. "Valinex" SRL). 232 p. ISBN 978-9975-68-310-4.</p> <p>5. Epuran M. Metodologia cercetării activităților corporale / - Ed. 2-a.-București: Fest, 2005. 420 p.</p> <p>6. Rateau Patrick : Metodele și statisticile, experimentele în științele umane, 1998, București, 268 p.</p>						

- | | |
|--|---|
| | <p>7. Rotariu, T., Iluț P.: <i>Ancheta sociologică și sondajul de opinie</i>, Ed. Polirom, Iași, 1997</p> <p>8. Popper, Karl, R.: <i>Logica cercetării</i>, Ed. Științifică și Enciclopedică, București, 1981</p> <p>9. Țapoc V., Capcelea V. <i>Cercetarea științifică/-Ch</i>. Editura Arc, 2008. – 312 p.</p> <p>12. Волков, Б. С. <i>Методология и методы психологического исследования</i> / Б. С.Волков, В.Волкова, Л. В.Губанов.- М. : Мир : Акал. проект, 2005.</p> <p>13. Железняк Ю.Д. <i>Основы научно-методической деятельности физической культуре и спорте</i>. Мл - Academia, 2002.</p> <p>14. Матвеев Л.И.И. <i>Теория и методика физической культуры</i>. - 3-е изд., перераб. и доп. - М : Физкультура и спорт, Спорт Академ Пресс, 2008. -544 с.</p> |
|--|---|

Data completării: 01.09.2021

Carp Ivan



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Bazele statului și dreptului					
Titularul cursului		Manolachi Victor/ Pîrlîi Inna					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 07 A. 51	Anul	IV	Semestrul	VII
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							F
Catedra	Drept	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail		Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina „Bazele statului și dreptului”, se adresează studenților USEFS din anii care au cuprins în planul de învățământ aceste discipline didactice.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul de profil.</p> <p>Cursul „Bazele statului și dreptului” reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculumul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ.</p> <p>Disciplina „Bazele statului și dreptului” este o parte componentă a sistemului general de pregătire a studenților, făcând parte din grupul științelor sociale, politice, juridice etc.</p> <p>Introducerea în drept se constituie în disciplina, care predînduse în primul an de studii:</p> <ul style="list-style-type: none"> - realizează o deschidere către toate celelalte ramuri și discipline juridice, făcîndcă , de la început, studenții să aibă, în linii mari, imaginea a ceea ce urmează să însușească în cei patru ani de studiu; - tinde de la formarea deprinderii studenților de a concepe, studia și apoi, a aplica dreptul în contextul cunoașterii cadrului mai general, interrelațional uman în diplina cunoștință asupra strînsei legături dintre drept și societate, dintre drept și viață; - asigură o bază de cunoștințe necesară celor ce avînd preocupări și înclinații spre cercetare, vor încerca să aprofundeze aspecte filosofice ale dreptului; -în sfîrșit disciplina formează deprinderea la studenți de a urmări ceea ce este esențial în și pentru drept, de a îcerca ei însîși esențializări și de a depista și înțelege marile articulații ale dreptului ca fenomen și știință. 						
Competențe profesionale:							

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale. 2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții. • Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat. 3. Competențe de comunicare într-o limbă străină <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de comunicare într-o limbă străină. • Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții. 4. Competențe acțional-strategice <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. • Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția societății 5. Competențe interpersonale, civice, morale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor. • Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie. • Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale. 6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale. • Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață. • Competențe de a se adapta la condiții și situații noi. 7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori) <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale. • Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale. 8. Competențe antreprenoriale <ul style="list-style-type: none"> • Competențe de a stăpîni cunoștințe și abilități de antreprenariat în condițiile economiei de piață în scopul autorealizării în domeniul antreprenorial. • Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.
<p style="text-align: center;">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Să demonstreze cunoașterea instituțiilor juridice și esența normelor juridice ce le reglementează. - să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute. - să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice. - să evalueze locul și rolul dreptului din perspectiva propriei specialități. - Să definească, conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu. - Să cunoască esența, conceptul și trăsăturile statului. - Să cunoască conceptul, esența și accepțiunile noțiunii de drept. - mSă determine mecanismul de stat. - Să identifice principiile de bază ale unui stat de drept. - Să sistematizeze drepturile și îndatoririle fundamentale ale cetățeanului într-un stat de drept. - Să identifice ramurile de drept și esența lor. - să analizeze, să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează activitatea specialistului în domeniul securității. - Să explice noțiunile și principiile ce stau la baza statului și dreptului. - Să analizeze și să definească principiile (legile) ce stau la baza statului și dreptului. - Să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele de criză, legitățile, particularitățile de acțiune a fiecăruia. - Să stabilească locul și rolul dreptului în contextul altor științe juridice.

	<ul style="list-style-type: none"> - Să aprecieze importanța ramurilor de drept în evoluția științelor juridice. - Să aprecieze locul și importanța unor norme și instituții a ramurilor de drept penal, civil, administrativ în comparație cu celelalte ramuri de drept. - Să propună noi opinii, concepții benefice pentru ameliorarea conținutului normelor sau instituțiilor ramurilor de drept.
--	---

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Bazele teoriei generale a statului	5	2	1	2
	2	Bazele teoriei generale a dreptului	5	2	1	2
	3	Raportul juridic. Relațiile juridice sportive.	5	2	1	2
	4	Răspunderea juridică a subiectului de drept.	7	2	1	4
	5	Cunoștințe și priceperi în elaborarea și aplicarea legislației sportive. Aplicarea normei în timp și spațiu.	7	2	1	4
	6	Aspecte generale privind unele ramuri de drept public	5	2	1	2
	7	Aspecte generale privind unele ramuri de drept privat.	7	2	1	4
	8	Aspecte generale cu privire la dirijarea culturii fizice și sportului în R.M	7	2	1	4
	9	Reglementarea juridică a organizațiilor sportive internaționale	7	2	1	4
	10	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă națională	5	2	1	2
	11	Acte normative ce reglementează activitatea sportivă europeană	5	2	1	2
	12	Carta olimpică- statutul de bază în funcționarea mișcării olimpice	5	2	1	2
	13	Jurisdicția sportivă	6	2	1	3
	14	Arbitrajul în sport	7	2	1	4
	15	Drepturile cetățenilor în domeniul culturii fizice și sportului	7	2	1	4
		TOTAL	90	30	15	45

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale securității. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Profesorul va selecta strategiile didactice adecvate în funcție de mai mulți factori (condițiile instituției, particularitățile de vîrstă și individuale, resursele didactice disponibile, pregătirea profesorului etc.), pentru ca fenomenele și procesele istorice studiate să fie cît mai accesibile studenților. În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atît strategii tradiționale, cît și moderne: <i>expunerea, ascultul de idei, lectura ghidată, conversația euristică, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată în triadă, jocul de rol</i> etc.</p> <p>Toate strategiile didactice sînt eficiente în măsura în care contribuie la dezvoltarea gîndirii critice, la formarea spiritului civic, a capacităților și atitudinilor studenților.</p> <p>Metodele de învățămînt se folosesc cu ajutorul diferitor mijloace: orale și scrise (scheme, hărți, grafice), audiovizuale (filme, casete, resurse mass-media).</p> <p>Sugestiile metodologice sînt modalități puse în aplicare în relațiile dintre profesor-</p>
---	---

	<p>student și student – student pentru a realiza o cooperare eficientă între componentele curriculare: obiective, unități de conținuturi, modalități de realizare a educației culturale.</p> <p>Demersul didactic este o activitate complexă, care include competențe de proiectare, realizare și evaluare a procesului educațional. Noțiunea de <i>demers didactic postmodern</i> are un sens amplu și multidimensional, incluzând, în primul rând, nivelul macrodidactic (un semestru, un an, un ciclu, toți anii de studii, în cazul nostru, învățământul universitar) și, în al doilea rând, nivelul microdidactic (ora didactică).</p>
<p>Strategii de evaluare</p>	<p>Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare-învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.</p> <p>Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare.</p> <p>Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina <i>Bazele statului și dreptului</i> constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.</p> <p>În activitatea educațională evaluarea este o acțiune de cunoaștere, care presupune colectarea datelor, prelucrarea și interpretarea lor. Astfel, evaluarea parcurge următoarele etape:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>proiectarea evaluării, care înseamnă stabilirea obiectivelor acesteia, a procedeeilor și instrumentelor folosite, a baremelor de corectare-notare și descriptorilor de performanță, a timpului destinat pregătirii evaluării și activității propriu-zise;</i> • <i>măsurarea rezultatelor școlare prin mijloacele și procedeele preconizate, care trebuie să fie adecvate scopului urmărit;</i> • <i>aprecierea și interpretarea rezultatelor pe baza criteriilor preconizate;</i> • <i>formularea unor concluzii impuse de interpretarea rezultatelor;</i> • <i>adoptarea unor decizii educaționale în funcție de concluziile formulate în urma evaluării.</i> <p>În procesul educațional se vor evalua rezultate, cunoștințe, competențe, procese conform raportului dintre obiectivele proiectate și succesele obținute de studenți.</p> <p>În cadrul orelor Bazele statului și dreptului, evaluarea va îndeplini mai multe funcții, printre care:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>funcția de evidență și control a activității didactice;</i> • <i>funcția prognostică, care permite luarea unor decizii ulterioare;</i> • <i>funcția formativă, care este rezultată a înțelegerii de către evaluați a nivelului la care se află în momentul evaluării;</i> • <i>funcția motivațională, care stimulează activitatea de învățare.</i> <p>În cadrul procesului educațional deosebit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea internă, efectuată de profesor la orele lui sau de conducerea instituției;</i> • <i>evaluarea externă, efectuată de persoane din afara instituției cum ar fi Direcțiile raionale de învățământ, Ministerul Educației.</i> <p>În funcție de scopurile urmărite, vom aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială care se realizează la începutul ciclului de învățământ. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;</i> • <i>evaluarea formativă, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări</i>

	<p>sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.</p> <p>Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut;</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului <i>Bazele statului și dreptului</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție muzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p style="text-align: center;">I. Acte normative</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Constituția R.M. din 29.07.1994// Monitorul Oficial al R.M., 1994, nr.1. 2. Codul Penal al Republicii Moldova nr. 985 din 18.04.2002, Publicat : 14.04.2009 în Monitorul Oficial Nr. 72-74, art Nr : 195 (http://lex.justice.md/md/331268/) 3. Codul Civil al Republicii Moldova Nr. 1107 din 06.06.2002, Publicat : 22.06.2002 în Monitorul Oficial Nr. 82-86 art Nr : 661(http://lex.justice.md/md/325085/) 4. Codul Muncii al Republicii Moldova Nr. 154 din 28.03.2003, Publicat : 29.07.2003 în Monitorul Oficial Nr. 159-162 art Nr : 648 (http://lex.justice.md/md/326757/) 5. Codul Contravențional Republicii Moldova Nr. 218 din 24.10.2008, Publicat : 16.01.2009 în Monitorul Oficial Nr. 3-6 art Nr : 15 Data intrarii in vigoare : 31.05.2009 (http://lex.justice.md/md/330333/) 6. Declarația Universală a Drepturile Omului, adoptată și proclamată de Adunarea Generală a ONU prin rezoluția 217 (III) din 10 decembrie 1984. <p style="text-align: center;">II. Literatura recomandată</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Anghel Ion M. Dreptul tratatelor. Ed. II, București: 2. Aramă E. Istoria dreptului românesc. Chișinău: S.A. Reclama, 2003. 3. Aramă E. Problema precedentului în doctrina juridică. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința internațională științificopractică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”, Chișinău, 29 septembrie 2007, p. 15 4. Arseni A. Creangă I., Gurin C. și alții. Constituția Republicii Moldova comentată articol cu articol. Vol. I. Chișinău: Civitas, 2000. 5. Avornic Gh. Caracteristicile unei societăți civile, democratice. Noțiunea și principiile de bază ale democrației. În: Revista Națională de Drept. 2006, nr.12, p. 2-6. 6. Avornic Gh. Conștiința și cultura juridică –condiție indispensabilă a activismului juridic al cetățenilor. În: Revista Națională de Drept. 2006. Nr. 2, p. 17. 7. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. I. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009. 8. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. Vol. II. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009. 9. B.Negru., G.Avornic Bazele statului și dreptului. Chișinău,1999. 10. Baieș S., Drept Civil. Partea generală, Chișinău, 1997. 11. Baltag D Teoria raspunderii si responsabilitatilor juridice Chisinau 2007 12. Baltag D. Unitatea de jurisprudență și forma ei obligatorie în evoluția răspunderii de drept. În: Revista Națională de Drept. Ediție specială. Conferința 	

	<p>internațională științifico-practică „Precedentul judiciar: aspecte teoretice și practice”. Chișinău, 29 septembrie 2007, p.31-37.</p> <p>13. Baltag D., Guțu A. Teoria generală a dreptului. Curs teoretic. Chișinău: Reclama, 2002.</p> <p>14. Baltag D., Guțu A., Teoria generală a dreptului, Chișinău, 2002.</p> <p>15. Baltag Dumitru. Teoria generală a dreptului. Cimișlia: TIPCIM, 1996.</p> <p>16. Belu C., Dreptul muncii, Ed. Universitaria, Craiova, 2007.</p> <p>17. Budevici-Puiu Liliana, Dorgan Viorel., „Bazele statului și dreptului. Legislație în sport, Chișinău, 2004.</p> <p>18. Chimpu Ș., Țiclea A., Dreptul muncii, București, 1995.</p> <p>19. Crețu V., Bazele statului și dreptului R.M, „Cartier”, Chișinău, 1997.</p> <p>20. Djuvara M., Teoria generală a dreptului, București, 1995.</p> <p>21. G.Lupu., G. Avornic Teoria generală a statului și dreptului. Chișinău, 1998.</p> <p>22. Miculescu P., Statul de drept., București, 1998.</p> <p>23. Orlov M., Drept administrativ, Chișinău, 2001.</p> <p>24. Traian I. Ștefanescu., Tratat de dreptul muncii, Ed. Walters Kluwer, București, 2007.</p> <p>25. Vrabie G., Teoria generală a statului și dreptului, Iași, 1993.</p>
--	--

Data completării: 01.09

Manolachi Victor
Pîrlîi Ina



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Bazele teoriei economice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei, Carp Ana					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 07 A.53	Anul	IV	Semestrul	VII
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramef@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	30	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Teoria economică, componentă fundamentală a științei economice, are funcția instructiv-educativă, ce permite studenților, viitorilor specialiști să-și formeze o gândire complexă, coerentă și critică cu privire la modul de funcționare a economiei contemporane.</p> <p>Domeniul de studiu al teoriei economice este sistemul activității economice în integritatea sa.</p> <p>Teoria economică are drept obiectiv tratarea conceptelor de bază și a regularităților ce definesc activitățile economice contemporane, privite prin prisma comportamentelor individuale ale participanților.</p> <p>Cursul „teoria economică” are drept scop: formarea unui traseu cognitiv riguros și complex, axat pe gândirea logică a categoriilor economice centrale.</p> <p>Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în contact direct cu problemele economice reale, pe baza prelucrării și interpretării unui bogat material factual, de informații cu ajutorul cărora va fundamenta și formula, pe termen lung și mediu, politici și strategii și va elabora sinteze privind dezvoltarea economiei. Cunoștințele și aptitudinile obținute reprezintă totodată un fundament necesar pentru studierea altor discipline economice și obținerii unei specializări mai înguste.</p> <p>Astfel, curriculumul prezentat include cele trei niveluri comportamentale pe care se bazează formarea profesională: <i>cunoaștere, aplicare și integrare</i>.</p> <p>Structura cursului este elaborată, ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de <i>la Bologna</i>.</p> <p>Pentru studenții de la secția de zi planul de studii prevede 60 ore auditoriale din care 30 curs și 30 ore seminar și 60 ore individuale. Studiarea disciplinei „Teorie economică” prevede acumularea a 4 credite. Cursul dat este prevăzut pentru sem. I. Pe parcursul semestrului studenții susțin 2 testări. De asemenea la fiecare lecție studenților li se propune un anumit lucru individual : analiza unui proces sau fenomen economic, delimitarea și definirea anumitor categorii economice, soluționarea testelor</p>						

	<p>și a problemelor și elaborarea unui referat, tematica cărora a fost elaborată și aprobată la ședința catedrei Managementul Culturii Fizice. Semestrul se finalizează cu examen, materialele cărui cuprind toată informația studiată pe parcursul semestrului.</p> <p>Forma de bază de studii a studenților de la secția cu frecvență redusă este lucrul individual. În ajutorul studenților se organizează prelegeri, seminare, testări, consultații. Planul de studii prevede pentru studenții de la secția cu frecvență redusă în sem. I – 10 ore prelegeri și 10 seminare. Studenții susțin la obiectul dat o lucrare de control, formată din întrebări teoretice, teste și probleme; elaborarea unui referat pe teme propuse de catedră și examen, materialele cărui cuprind toată informația studiată pe parcursul semestrului.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplicarea cunoștințelor de bază ale economiei, adecvate în diverse situații profesionale și de viață; ▪ Utilizarea cunoștințelor din domeniul economiei (legi, modele) pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte asociate domeniului profesional; ▪ Cunoașterea și implementarea politicilor de economie și management în viața de zi cu zi și în domeniul profesional; ▪ Cunoașterea cadrului legislativ de inițiere a organizațiilor sportive. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare. ▪ Dezvoltarea capacității de a lucra independent sau în echipă pentru rezolvarea de probleme în contexte profesionale definite, dobândirea capacității de a decide și acționa în situații de criză; 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază despre activitatea economică și management; ▪ să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; ▪ să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să evidențieze factorii a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; ▪ să clasifice premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială; ▪ să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; ▪ să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; ▪ să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană; 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Știința economică și doctrinele economice.	16	4	4	8
	2	Activitatea economică și agenții economici.	16	4	4	8
	3	Factorii de producție	8	2	2	4

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	4	Economia instituțională. Sistemele de organizare a activității economice.	8	2	2	4
	5	Piața și elementele ei. Prețul și concurența.	16	4	4	8
	6	Costul de producție	8	2	2	4
	7	Banii. Creditul și sistemul bancar.	8	2	2	4
	8	Recompensarea factorilor de producție și formele veniturilor	8	2	2	4
	9	Rolul statului în economia contemporană	8	2	2	4
	10	Macroeconomia și principalii indicatori.	8	2	2	4
	11	Fluctuațiile activității economice și creșterea economică	8	2	2	4
	12	Economia mondială. Interdependențele economice internaționale.	8	2	2	4
	Total			120	30	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategii centrate pe activitatea profesorului și pe acțiunea de predare: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii discursive și explicative • Strategii discursive și conversative • Strategii discursive și demonstrative ▪ Strategii centrate pe activitatea de învățare și interacțiune: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii bazate pe cercetare și explorare (cercetări investigative) • Strategii problematizante • Strategii bazate pe utilizarea modelelor • Strategii centrate pe construirea de proiect 					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin, <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<p>1. AMBROSI, N., BUDEVICI-PIUIU, A., CARP, A., CUȘNERIOV, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului. Curs universitar pentru aolingvi</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0.</p> <p>2. CARP, A., BUDEVICI-PIUIU, A. <i>Economia culturii fizice: curs universitar</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2016, 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5.</p>					

3. COJUHARI, A., CHILDESCU, V. *Teorie economică*. Chișinău: UTM, 2012, 416 p.
4. FILIP, N., SOROCEAN, O. *Teorie economică*. Curs universitar. V-II. Chișinău 2011, 341 p. ISBN 978-9975-4209-1-4.
5. GHERASIM, T. *Microeconomie* (V. I-II). București: Ed. Economica, 1993.
6. GOGONEAȚĂ, C., GOGONEAȚĂ, A. *Economia politică*. Teorie micro și macroeconomică, politici economice. București, 1993.
7. GROSU, M. *Economie politică (fundamente de teorie economică)*. Chișinău: Evrica 2001, 208 p. ISBN 9975-941-79-6.
8. HĂMURARU, M., ȚĂRUȘ, V., CAPSÎZU, V. *Teorie economică. Macroeconomie Concepte și aplicații*. Suport de curs. Chișinău: Editura Centrul Editorial Poligrafic USM, 2013, 290 p., ISBN 978-9975-71-005-3.
9. *Metodele teoriei economice*. [Accesat 01.09.2021] Disponibil <https://www.studocu.com/row/document/academia-de-studii-economice-din-moldova/metodele-teoriei-economice/metodele-teoriei-economice/6316091>
10. MOLDOVANU, D. *Curs de Teorie Economică*. Chișinău 2006.
11. OPRESCU, G. *Microeconomie, macroeconomie*. București: Ed. ALL, 1993.
12. STANCU, S., ANDREI, T. *Microeconomie*. București, 1997.
13. TOMȘA, A. (coordonator) *Teorie economică*. V. II „Macroeconomie”, F.E.-P „Tipografia Centrală”, Chișinău, 2013, 332 p.
14. ZBÂRCIOG, V. *Microeconomie (teoria și aplicații)*. Chișinău, 1996.

Data completării: 01.09.2021

Cușneriov Alexei



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Economica culturii fizice					
Titularul cursului		Cușneriov Alexei, Carp Ana					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 07 A.54	Anul	IV	Semestrul	VII
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Managementul culturii fizice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedramef@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Economia culturii fizice și sportului este o disciplină aplicată care face parte din complexul de științe economice care studiază activitățile economice ale entităților economice individuale și ale societății în ansamblu pentru a înțelege și explica natura acestei activități, a prezice procesele economice și reglementează-le. Mai precis, economia culturii fizice și sportului este o știință care studiază metode de rezolvare a problemelor practice care apar în domeniul relațiilor sportive legate de utilizarea resurselor materiale, de muncă, financiare și de altă natură la nivelul organizațiilor sportive individuale și al societății. ca un întreg, per total.</p> <p>Cultură fizică și sport este o ramură a economiei naționale, a cărei principală funcție economică este producerea de servicii sportive. În domeniul culturii fizice și al sportului, este necesar să se facă distincția între lucrătorii care oferă servicii sportive și toți cei care, în timp ce se angajează în cultura fizică și sport, consumă, utilizează aceste servicii.</p> <p>Educația fizică și sportul sunt destinate consumului personal. Acest consum este realizat în diverse forme și necesită costul: o anumită cantitate de bogăție materială, timp, efort fizic și mental. În același timp, serviciile sunt create în forma lor pură, care este legată de activitatea de întreținere a consumului personal. Aceste servicii nu sunt furnizate de consumatorii înșiși (sportivi, atleți), ci de persoane speciale, de lucrători în domeniul culturii fizice, pentru care serviciile sportive sunt productive, activități de lucru.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea și formularea problemelor economice care apar în procesul dezvoltării relațiilor economice în domeniul culturii fizice și sportului, precum și să indice modalități de rezolvare a acestora; ▪ Utilizarea cunoștințelor din domeniul economiei (legi, modele) pentru explicarea și interpretarea unor variate tipuri de concepte, situații, procese, proiecte asociate domeniului profesional; 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Generarea de noi cunoștințe și cercetări în domeniul economiei activității fizice și sportului; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; ▪ Dezvoltarea capacității de a lucra independent sau în echipă pentru rezolvarea de probleme în contexte profesionale definite, dobândirea capacității de a decide și acționa în situații de criză; 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază despre activitatea economică și management; ▪ să determine sarcinile și conținutul sistemului economic național și internațional; ▪ să structureze procesul evoluției istorice și conceptuale de organizare economică în societatea umană; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să evidențieze factorii a formelor istorice de organizare a sistemelor economice; ▪ să clasifice premisele motivaționale ale activității economice la diferite etape de dezvoltare socială; ▪ să aprecieze critic diverse concepte de evaluare a rezultatelor activității economice și a calității vieții umane; <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să aprecieze importanța respectării principiilor generale în conceptul contemporan de activitate economică și managerială eficientă la diverse niveluri de funcționalitate a sistemului economic; ▪ să structureze corelația funcțională dintre regulile generale de activitate economică și formele practice de desfășurarea a afacerilor economice; ▪ să evalueze prioritățile economice și social particulare și cele publice în diverse condiții de activitate umană; 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
	<p>1</p>	<p>Știința economică și doctrinele economice.</p>	<p>12</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>6</p>
	<p>2</p>	<p>Bazele teoretico-metodologice ale economiei educației fizice</p>	<p>12</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>6</p>
	<p>3</p>	<p>Rolul economic al activităților de educație fizică și sport</p>	<p>12</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>6</p>
	<p>4</p>	<p>Finanțarea culturii fizice și sportului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>5</p>	<p>Impactul economic al evenimentelor sportive</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>6</p>	<p>Economia antreprenorială în cultura fizică</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>7</p>	<p>Planuri de afaceri în industria sportivă</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>8</p>	<p>Norme financiare pentru activitatea financiară</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>9</p>	<p>Activitatea economică a organizațiilor sportive din Republica Moldova</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>10</p>	<p>Politici de finanțare în domeniul sportului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>11</p>	<p>Eficiența economică a culturii fizice</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>12</p>	<p>Modele europene de guvernare ale sportului</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>Total</p>		<p>90</p>	<p>30</p>	<p>15</p>	<p>45</p>
	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Strategii centrate pe activitatea profesorului și pe acțiunea de predare: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii discursive și explicative • Strategii discursive și conversative 					

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<ul style="list-style-type: none"> • Strategii discursive și demonstrative ▪ Strategii centrate pe activitatea de învățare și interacțiune: <ul style="list-style-type: none"> • Strategii bazate pe cercetare și explorare (cercetări investigative) • Strategii problematizante • Strategii bazate pe utilizarea modelelor • Strategii centrate pe construirea de proiect 										
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin, <i>chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p>										
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 80%;">Nota finală</td> <td style="width: 20%; text-align: center;">100%</td> </tr> <tr> <td>Nota pentru evaluarea finală</td> <td style="text-align: center;">40%</td> </tr> <tr> <td>Nota evaluarea curentă</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> <tr> <td>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> <tr> <td>Nota lucrul individual</td> <td style="text-align: center;">20%</td> </tr> </table>	Nota finală	100%	Nota pentru evaluarea finală	40%	Nota evaluarea curentă	20%	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%	Nota lucrul individual	20%
Nota finală	100%										
Nota pentru evaluarea finală	40%										
Nota evaluarea curentă	20%										
Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%										
Nota lucrul individual	20%										
Referințe bibliografice	<p>15. AMBROSI, N., BUDEVICI-PUIU, A., CARP, A., CUȘNERIOV, A. <i>Bazele economiei culturii fizice și sportului. Curs universitar pentru aolingvi</i>. USEFS Chișinău: S.n., 2018, 343 p. ISBN 978-9975-68-350-0.</p> <p>16. CARP, A., BUDEVICI-PUIU, A. <i>Economia culturii fizice: curs universitar</i> USEFS Chișinău: S.n., 2016, 190 p. ISBN 978-9975-68-300-5.</p> <p>17. COJUHARI, A., CHILDESCU, V. <i>Teorie economică</i>. Chișinău: UTM, 2012,.</p> <p>18. FILIP, N., SOROCEAN, O. <i>Teorie economică</i>. Curs universitar. V-II. Chișinău 2011, 341 p. ISBN 978-9975-4209-1-4.</p> <p>19. GHERASIM, T. <i>Microeconomie</i> (V. I-II). București: Ed. Economica, 1993.</p> <p>20. GOGONEAȚĂ, C., GOGONEAȚĂ, A. <i>Economia politică</i>. Teorie micro și macroeconomică, politici economice. București, 1993</p> <p>21. GROSU, M. <i>Economie politică (fundamente de teorie economică)</i>. Chișinău: Evrica, 2001, 208 p. ISBN 9975-941-79-6.</p> <p>22. HĂMURARU, M., ȚĂRUȘ, V., CAPSÎZU, V. <i>Teorie economică. Macroeconomie Concepte și aplicații</i>. Suport de curs. Chișinău: Editura Centrul Editorial Poligrafic USM, 2013, 290 p., ISBN 978-9975-71-005-3.</p> <p>23. <i>Metodele teoriei economice</i>. [Accesat 01.09.2021] Disponibil https://www.studocu.com/row/document/academia-de-studii-economice-din-moldova/metodele-teoriei-economice/metodele-teoriei-economice/6316091</p> <p>24. MOLDOVANU, D. <i>Curs de Teorie Economică</i>. Chișinău 2006.</p> <p>25. OPRESCU, G. <i>Microeconomie, macroeconomie</i>. București: Ed. ALL, 1993.</p> <p>26. STANCU, S., ANDREI, T. <i>Microeconomie</i>. București, 1997.</p> <p>27. TOMȘA, A. (coordonator) <i>Teorie economică</i>. V. II „Macroeconomie”, F.E.-P „Tipografia Centrală”, Chișinău, 2013, 332 p.</p> <p>28. ZBÂRCIOG, V. <i>Microeconomie (teoria și aplicații)</i>. Chișinău, 1996.</p>										

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în afecțiuni geriatrice					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.07 A.55	Anul	IV	Semestrul	VII
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			120	16	44	-	60
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Kinetoterapia în afecțiuni geriatrice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei și sporului, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina Kinetoterapia în afecțiuni geriatrice reprezintă o totalitate de noțiuni, principii, particularități, obiective, mijloace, metode, modalități de efectuare a exercițiilor fizice, care au tendința de a forma percepția generală a studentului pentru aplicarea kinetoterapiei în afecțiunile specifice omului vârstnic.</p> <p>Creșterea numărului persoanelor ce depășesc vârsta de pensionare care au probleme de sănătate și autoîngrijire din cauza afecțiunilor cronice asociate, a devenit problema de bază a Organizației Mondiale a Sănătății (OMS). Pentru a organiza reabilitarea vârstnicilor în sensul larg al cuvântului apare necesitatea de a forma personal calificat și competent care va cunoaște atât particularitățile fiziologice, cât și formele afecțiunilor specifice persoanelor în etate.</p> <p>Cursul „Kinetoterapia în afecțiuni geriatrice” urmărește formarea unui sistem de cunoștințe teoretice și practice de specializare, dezvoltarea capacității de a utiliza cunoștințele în activitatea kinetoterapeutică. Cunoașterea elementelor de fiziologie normală și patologică a sistemelor de organe. Cunoașterea unor metode kinetoterapeutice utilizate în afecțiunile specifice omului în vârstă. Educarea capacității a studenților de a folosi un limbaj de specialitate corect.</p> <p>S-au luat în considerare următoarele obiective:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Formarea unui sistem de cunoștințe teoretice și practice de specialitate și dezvoltarea capacității de a utiliza cunoștințele în activitatea kinetoterapeutică. - Studiarea etiologiei, patogenezei și clinicii afecțiunilor frecvent întâlnite la vârstnic; - Studiarea acțiunii tehnicilor și metodelor kinetoterapeutice asupra organismului pacientului vârstnic; - Folosirea mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei în recuperarea afecțiunilor geriatrice; 						

	<ul style="list-style-type: none"> - Studierea și însușirea metodelor de reabilitare a pacienților vârstnici cu traume și afecțiuni ale sistemului cardiovascular, respirator, digestiv, excretor și nervos ; - Formarea deprinderilor practice de reabilitare a vârstnicului cu afecțiuni asociate; - Însușirea metodelor de petrecere a ședințelor kinetoterapeutice cu vârstnicii. 					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului /modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre evaluare și recuperarea pacientului în etate. - Descrierea și utilizarea adecvată în comunicarea profesională a conceptelor, teoriilor, tehnicilor și metodelor specifice kinetoterapiei. - Identificarea tehnicilor și metodelor de intervenție kinetoterapeutică adecvate unor contexte specifice; - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Bazele Generale ale Kinetoterapiei; - particularitățile kinetoterapiei ca metodă de tratament; - efectele efortului fizic asupra sistemelor cardiovascular, respirator, digestiv; - efectele antrenamentului fizic asupra aparatului locomotor; - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni ale aparatului locomotor; 					
Finalități și performanțe la curs /modul	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Să posede noțiuni generale în domeniul disciplinei Bazele Generale ale Kinetoterapiei; - particularitățile kinetoterapiei ca metodă de tratament; - efectele efortului fizic asupra sistemelor cardiovascular, respirator, digestiv; - efectele antrenamentului fizic asupra aparatului locomotor; - metodologia recuperării și modalitățile de antrenament fizic în diferite afecțiuni ale aparatului locomotor; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de aplicare a mijloacelor și formelor de lucru ale kinetoterapiei; - perceperea efectelor efortului fizic asupra aparatului locomotor ; - formarea abilităților de evaluare a capacității la efort și a performanței câpătate; - formarea deprinderilor de elaborare a unui program kinetic corect de lucru. - să aplice mijloacele și formele de lucru ale kinetoterapiei; <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să realizeze diverse etape ale recuperării conform regimului locomotor; - să realizeze obiective privind recuperarea pacienților cu diverse afecțiuni; - responsabilitate în decizii și acțiuni; - vor dezvolta capacității de aplicare a tratamentului diferențiat în funcție de natura patologiei. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs / modul	N/o	Conținuturile unității de curs /modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Biologia îmbătrânirii.	10	2	4	4
	2	Problemele ale asistenței kinetice la vârstnici	10	2	4	4
	3	Modalități de antrenament aerob la vârstnici	12	2	4	6
	4	Kinetoterapia la îmbătrânirea aparatului locomotor. Evaluarea intermediara	14	2	6	6
	5	Kinetoterapia la îmbătrânirea aparatului cardiovascular	14	2	6	6
6	Kinetoterapia la îmbătrânirea aparatului respirator	14	2	6	6	

	7	Kinetoterapia la îmbătrânirea aparatului digestiv și excretor	14	2	6	6
	8	Kinetoterapia la îmbătrânirea sistemului nervos	14	2	6	6
		Evaluarea finală	4	-	2	2
		Total	120	16	44	60
Strategii de predare - învățare în cadrul cursului /modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul /lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/ lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	
	Nota evaluarea curentă				20%	
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare				20%	
	Nota lucrul individual				20%	
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Corman M. V., Pogorlețchi A.N., Particularitățile aplicării gimnasticii medicale și masajului în geriatrie. În: Studia universitatis, Universitatea de Stat din Moldova - Revistă științifică, - Seria „Științe ale naturii”. A. IV, № 6(36), Chișinău, 2010 Corman M. V., Caun E. M., Recuperarea osteoporozei la persoanele de vârstă a III-a Materialele congresului științific internațional „Sportul Olimpic și sportul pentru toți”, Vol. 2., USEFS, Chișinău, 2011 Pogorlețchi A.N., Corman M. V., Particularitățile aplicării gimnasticii medicale și masajului în geriatrie. În: Studia universitatis, Universitatea de Stat din Moldova - Revistă științifică, - Seria „Științe ale naturii”. A. IV, № 6 (36), Chișinău, 2010 Corman M. V., Caun E. M., Recuperarea osteoporozei la persoanele de vârstă a III-a Materialele congresului științific internațional „Sportul Olimpic și sportul pentru toți”, 					

	<p>Vol. 2., USEFS, Chișinău, 2011</p> <ol style="list-style-type: none"> 5. Dan M. – Educația pentru sănătatea corporală, Oradea, 2004 6. Hurjuin Ion, Geriatria selectivă. Vol. I și II. Edict Production, Iași, 2009 7. Marcu Vasile, Mirela Dan, Kinetoterapie/Physioterapy, Ed. Univers. Din Oradea, 2006. 8. Moțet D. Psihopedagogia recuperării handicapurilor neuromotorii. București: Editura Humanitas, 2001. 207 p.Saulea A. – Sfaturi pentru vârstnici și lecții utile pentru tineri, Chișinău 2003 9. Mîrza D. Kinetoprofilaxia primară Iași: Editura Tehnopress, 2005. 138 p Sbenghe T., Kinesiologia-știința mișcării., Editura Medicală, București, 2002 10. Reabilitarea medicală a bolnavilor cu accident vascular cerebral. Protocol clinic național. PCN – 181, Chișinău, 2012 11. Bronhopneumonia cronică obstructivă. Protocol clinic național, Chișinău, 2013. 12. Osteoporoza deformantă la adult. Protocol clinic național, Chișinău 2009. 13. Infarct miocardic acut. Protocol clinic național, Chișinău 2014 14. Kiss J. Fiziokinetoterapia și recuperarea medicală. București: Editura Medicală, 2012, 285 p.
--	--

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail



or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Kinetoterapia în afecțiunile metabolice					
Titularul cursului		Racu Serghei					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	S.07.A.56	Anul	IV	Semestrul	VII
Nr. credite	4	Limba de instruire	Româna/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			120
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		120	16	-	44	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Kinetoterapia în afecțiunile metabolice” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul kinetoterapiei și sportului, în cadrul facultății de Kinetoterapie a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Disciplina Kinetoterapia în afecțiuni metabolice reprezintă o totalitate de noțiuni, principii, particularități, obiective, mijloace, metode, modalități de efectuare a exercițiilor fizice, care au tendința de a forma percepția generală a studentului pentru aplicarea kinetoterapiei în afecțiuni cu diverse dereglări metabolice.</p> <p>Recuperarea și evaluarea bolnavilor cu afecțiuni metabolice reprezintă un domeniu dificil din punct de vedere al recuperării datorită complexității acestor patologii și complicațiilor care pot surveni în evoluția acestora. Reabilitarea pacienților cu afecțiuni metabolice este un domeniu aparte în medicina de recuperare pentru că pomește de la următoarea premisă: patologiiile metabolice sunt de obicei cu evoluție cronică cu complicații ce deteriorează serios sănătatea atât a populației în procesul de creștere cât și a populației adulte. Recuperarea trebuie abordată diferit în funcție de tipul bolii și cauzatoare de deficit. Procesul de recuperare se concentrează în principal pe managementul disabilității și stabilirea diagnosticului.</p> <p>Disciplina în cauză are finalitatea de a oferi o pregătire temeinică studenților în domeniul recuperării bolnavilor cu diferite afecțiuni metabolice și de a le forma anumite aptitudini și capacități practice profesionale pentru exercitarea funcțiilor de „kinetoterapeut” în instituțiile medicale și de recuperare specializate.</p> <p>Disciplina „Kinetoterapia în afecțiuni metabolice” reprezintă o contribuție relevantă în domeniul kinetoterapiei, care ajută la dezvoltarea și cristalizarea competențelor unui bun kinetoterapeut. Obiectivul de bază al acestei discipline este acela al nevoii de intervenție kinetică asupra bolnavului cu afecțiuni metabolice din perspectiva tehnicilor și metodelor centrate pe nevoile pacientului, conform rezultatelor clinice demonstrate în practică ca fiind eficiente, sigure și nonnocive, conform principiilor medicinei bazate pe dovezi.</p>						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului /modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale</p> <ul style="list-style-type: none"> - Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii. - Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații. - Realizarea programelor de intervenție kinetoterapeutică, cu caracter profilactic, curativ sau de recuperare. - Utilizarea metodelor și tehnicilor de intervenție kinetoterapeutică - Competențe de a stăpâni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre evaluare și recuperare. - Evaluarea clinică primară (funcțională) și diagnoza nevoilor de intervenție kinetoterapeutică. - Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a lucrului în kinetoterapie; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Organizarea de programe kinetoterapeutice în condiții de asistență calificată, cu respectarea normelor de etică și deontologie profesională. - Îndeplinirea în condiții de eficiență și eficacitate a sarcinilor de lucru pentru organizarea și desfășurarea activităților specifice intervențiilor kinetoterape. 					
<p>Finalități și performanțe la curs /modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii reabilitării fizice a pacientului cu afecțiuni metabolice - valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din Kinetoterapia în afecțiuni metabolice, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. - cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - de a aplica metodologia specifică recuperării kinetoterapeutice; - perceperea efectelor efortului fizic asupra organismului uman; - abilitatea de rezolvare a problemelor /situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; - abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - abilitatea de utilizare a celor mai adecvate metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare; - posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de planificare și programare a activităților specifice procesului kinetoterapeutic în recuperarea afecțiunilor cardio-respiratorii și bolilor interne. - capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs / modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs /modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>Noțiuni introductive în fiziologia și patologia metabolismului.</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>4</p>	<p>8</p>
	<p>2</p>	<p>Metode de evaluare a pacientului metabolic</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>6</p>	<p>6</p>
	<p>3</p>	<p>Kinetoterapia în obezitate.</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>6</p>	<p>6</p>
	<p>4</p>	<p>Kinetoterapia în sindromul metabolic</p>	<p>16</p>	<p>4</p>	<p>6</p>	<p>6</p>
	<p>5</p>	<p>Kinetoterapia în diabetul zaharat</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>6</p>	<p>6</p>
	<p>6</p>	<p>Evaluarea intermediară</p>	<p>10</p>	<p>-</p>	<p>2</p>	<p>8</p>
	<p>7</p>	<p>Kinetoterapia în guta</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>6</p>	<p>6</p>
	<p>8</p>	<p>Kinetoterapia în osteoporoza.</p>	<p>14</p>	<p>2</p>	<p>6</p>	<p>6</p>

	9	Evaluarea finală	10	-	2	8
		Total	120	16	44	60
Strategii de predare învățare în cadrul cursului / modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul /lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare / lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea cunoștințelor la disciplină se efectuează prin evaluarea: inițială, curentă și finală.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>					
Stabilirea notei finale(ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%			
	Nota pentru evaluarea finală		40%			
	Nota evaluarea curentă		20%			
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%			
	Nota lucrul individual		20%			
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Alexandru M., Anatomia și Fiziologia Umană Descriptivă, Editura Medicala, 2014 Baciu Gh., Teodorescu Exarcu, Fiziologia umană, Editura medicală, 2014 Iconaru Ioana Elena, Manual clinic de kinetoterapie în afecțiuni metabolice, Editura Universitaria, Craiova, 2013 Mincu I., Boli de metabolism și nutriție, Editura Medicală, București. 1986 Hagiu Bogdan-Alexandru. Elemente de fiziopatologie și semiologie în kinetoterapie. Editura universității “Alexandru Ioan Cuza” Iași, 2014. Hăulică I – Fiziologia omului. Ediția a treia. Ed Medicală, București 2007. Niculescu CT, Cârmaciu R, Voiculescu B, Niță C, Sălăvăstru Carmen, Ciornei Cătălina –Anatomia și fiziologia omului. Compendiu. Ed. Corint, București 2004. Popescu-Bălcești A., Boli metabolice Diabetul Obezitatea Sbnutriția Guta Ateroscleroza, Editura Triumf, București, 2002 Walter F. Boron, Emile L. Boulpaep, Leon G. Zagrean, Fiziologia medicală, Edutura Hipocrate, 2017. 					

ANUL IV, SEMESTRUL VIII

Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea Kinetoterapie

or. Chișinău, Republica
Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD –
2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81



or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 24/1, MD – 2024
decanat.kinetoterapie@gmail.com
tel.: 022 31-07-58

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Educație incluzivă					
Titularul cursului		Goncearuc Svetlana, Razmireț Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 08 O.57	Anul	IV	Semestrul	VI II
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (F–componentă fundamentală)							F
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@gsu.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul unității de curs „Educația incluzivă” se încadrează în problematica reformei sistemului de învățământ din Republica Moldova și se axează pe tendințele actuale ale dezvoltării teoriei și practicii educaționale. Unitatea de curs estede orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport pentru calificarea și pregătirea teoretico–practică a specialiștilor din domeniul <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>.</p> <p>Curriculum-ul unității de curs „Educația incluzivă” este un document regulator în globând indici care prin natura lor asigură realizarea procesului de predare învățare evaluare la disciplină, coerența și interdisciplinaritatea, în baza cărora se elaboreaza celelalte componente ale paradigmei curriculare orientate spre formarea în cadrul instituției a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională și cea socială.</p> <p>Unitatea de curs „Educația incluzivă” este orientată spre studierea problemelor general-teoretice și metodologice specifice activității manageriale din domeniul educației incluzive. Scopul primordial al disciplinei este de a evidenția aspectele managementului educației incluzive și a celor implicați în acest proces.</p> <p>Conținutul cursului se referă la o serie de activități care țin de managementul tradițional într-o instituție de învățământ: planificarea, organizarea, luarea de decizii, verificarea; administrarea și conducerea resurselor umane (motivarea, îndrumarea, soluționarea conflictelor, perfecționarea și instruirea personalului din sub ordine); stabilirea și întreținerea relațiilor cu persoane din interiorul și din exteriorul organizației.</p>						

	<p>În predarea disciplinei se va insista, în mod special, nu atât pe cunoașterea informației, cât pe înțelegerea, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>Acest curs este destinat studenților din cadrul specialității <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, care vor activa în diverse instituții de profil și care sunt obligați să cunoască cadrul teoretic și metodologic al Incluziunea persoanelor cu cerințe educaționale speciale.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului educației incluzive. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul educației incluzive în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor educației adaptate, experiența practică a îndrumătorilor specialiștilor din domeniu. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale educației incluzive; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în lucrul cu copii cu CES; • Dezvoltarea comportamentelor productive, a atitudinilor pozitive și deschise, a gândirii critice și relaționale despre structurile, procesele și valorile sistemului educațional, promovate pentru susținerea practicilor incluzive.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;"><u>La nivel de cunoaștere:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - să cunoască principalele teorii, concepte, principii în domeniul educației incluzive, precum și tezele de bază ale documentelor de politici și actelor legislative în domeniu, care fundamentează dezvoltarea educației incluzive în societățile moderne; - să cunoască designul managementului educației incluzive și nivelurile de decizie și execuție în cadrul acestuia; - să înțeleagă cerințele educaționale speciale ale copiilor, pornind de la cunoașterea particularităților de dezvoltare a lor; - să analizeze noile tendințe în abordarea educației copiilor cu cerințe educaționale speciale și suportului educațional ca formă de sprijin în învățare; - să însușească experiența, modelele internaționale și naționale de dezvoltare a educației incluzive și să identifice bunele practici aplicabile în activitatea profesională curentă; - să cunoască cele mai adecvate modalități de sensibilizare comunitară în promovarea educației incluzive. <p style="text-align: center;"><u>La nivelul de aplicare:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> - să coreleze conceptele teoretice cu aspectele practice ale dezvoltării educației incluzive; - să contribuie la planificarea dezvoltării strategice (a sistemului raional/municipal și/sau a instituției de învățământ), planificarea activității subdiviziunilor instituționale, a propriei activități din perspectiva educației incluzive; - să participe la identificarea cerințelor educaționale speciale ale copiilor; - să proiecteze demersul educațional pe principii de diferențiere și individualizare; - să adapteze procesul educațional la necesitățile copiilor cu cerințe educaționale speciale, prin participarea la evaluarea nivelului de dezvoltare a copiilor; elaborarea planurilor educaționale individualizate, modificărilor curriculare, altor adaptări, după caz; - să aplice metode de predare/învățare/evaluare, materiale și activități corelate cu finalitățile de studiu proiectate în corespundere cu cerințele educaționale speciale ale copiilor, mediul de predare/învățare și resursele disponibile;

	<ul style="list-style-type: none"> - să asigure adecvarea tehnologiilor didactice moderne la particularitățile procesului educațional incluziv. <u>La nivelul de integrare:</u> - să realizeze cercetări științifice în cadrul problematicii managementului educației incluzive; - să dețină capacități de valorizare a copiilor cu cerințe educative speciale; - să se orienteze în strategia de trecere de la adaptarea elevului de la condițiile școlii speciale la condițiile școlii de cultură generală incluzivă; - să descrie componentele planului educațional individualizat; - să prevină și combată excluderea și marginalizarea în educație; - să argumenteze importanța parteneriatului educațional în promovarea educației incluzive; - să centreze procesul educativ pe interesele copilului, dezvoltarea respectului de sine, toleranță. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Cadrul conceptual al educației incluzive	6	2	1	3
	2	Cadrul legislativ al educației incluzive	6	2	1	3
	3	Managementul educației incluzive: structuri, instituții, servicii	12	4	2	6
	4	Particularități de dezvoltare a copiilor cu dizabilități	6	2	1	3
	5	Concepte și tendințe actuale în abordarea individualizată a copilului	6	2	1	3
	6	Suportul educațional	6	2	1	3
	7	Planificarea și organizarea procesului educațional din perspectivă incluzivă	6	2	1	3
	8	Adaptări și modificări în procesul incluziunii educaționale a copiilor cu dizabilități	6	2	1	3
	9	Evaluarea rezultatelor școlare din perspectiva individualizării	6	2	1	3
	10	Tehnologii didactice: delimitări conceptuale	6	2	1	3
	11	Tehnologiile didactice din perspectiva stilurilor de învățare	6	2	1	3
	12	Tehnologiile didactice din perspectiva inteligențelor multiple	6	2	1	3
	13	Tehnologii didactice asistive	6	2	1	3
14	Strategii didactice în asistența copiilor cu dizabilități	6	2	1	3	
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p style="text-align: center;"><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p style="text-align: center;"><i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz</p>					

	diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategiideevaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> Albu A. și colab., Psihomotricitatea, Iași, 2014. Arsene C. Psihoneurologia, București, 2016. Arseni C., Danaila L., Golu M., Psihoneurologie, București, 2013. Bucun N. Bazele managementului educațional. Modul 1. program de formare continuă în domeniul managementului educațional. Chișinău. 2004. Bucun N. Concepția educației incluzive. În: Univers Pedagogic, ne. 2, 2009. Cosmovici A., Psihologie generală, Polirom, Iași, 2012. Danii A., Popovici D, Racu A. Intervenția psihopedagogică în școala incluzivă. Chișinău: Tipografia Centrală, 2007. Educația Incluzivă. Unitatea de curs. Chișinău, 2017. Efdodi A., Planul educațional individualizat. Chișinău: Cetatea de sus, 2012, Gânu D. Copilul cu cerințe educative speciale, Chișinău, Pontos, 2002, Gânu D. Copilul cu dizabilități neuromotorii, Chișinău, Valinex, 2010 Gerguț A. Psihopedagogia persoanelor cu cerințe educative speciale. Strategii diferențiate și incluziune în educație. Iași: Polirom, 2006. Goncearuc S. – „Incluziunea școlară a copiilor la lecțiile de educație fizică” - Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția a II-a din 26-27 octombrie 2017, Chișinău, USEFS. Goncearuc S. Andronachi N. Realități și principii actuale în abordarea dizabilități și a incluziunii la nivel internațional. In: Ghidul științifico-metodologic <i>Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în învățământul superior</i>. Goncearuc S. Domenii de formare profesională în asistența psihologică sportivă. În: Probleme acmeologice în domeniul culturii fizice: Materialele conferinței științifice internaționale. Chișinău: USEFS, 2015. Goncearuc S., Stempovschi T. Impactul educației fizice și sportului asupra formării comportamentului pro-social la elevi. În: Materialele Conferinței științifice internaționale: Familia – factor existențial de promovare a valorilor etern-umane (ed. II) 15-16 mai 2017., Chișinău, UPS ”Ion Creangă”. Goncearuc S., Racu A., Vârlan M. Proiectarea cercetării științifice din 	

	<p>perspectiva integrării și incluziunii educaționale și sociale. În: Ghidul științifico-metodologic <i>Incluziunea educațională și socială a tinerilor cu dizabilități în învățământul superior</i>. 2014.</p> <p>18. Goncearuc Sv., Leșcu A. „Impactul comportamentului prosocial asupra incluziunii școlare a elevilor în procesul educației fizice”. În: <i>Materialele Conferinței Științifice Internaționale, Ediția I „Tradiții, Realități și Perspective ale Dezvoltării Culturii Fizice, 25-26 mai 2018, Chișinău, USEFS.</i></p> <p>19. Goncearuc Sv., „Motivarea comportamentului prosocial la studenți prin mijloacele educației fizice incluzive <i>Materialele Conferinței Științifico-practice „Educația incluzivă – dimensiuni provocări, soluții”</i>. Ediția IX-a, 19 octombrie 2018, Universitatea de Stat „A.Russo” din Bălți.</p> <p>20. Goncearuc S., Vrabie E. Stimularea creativității cadrelor didactice în educația incluzivă a elevilor cu CES. ”Problemele acmeologice în domeniul culturii fizice”, <i>Materialele Conferinței Științifice Internaționale, 6 decembrie 2019 , Ediția V, Chișinău., ISBN 978-9975-131-78-0, pag.28-32.</i></p> <p>21. Goncearuc S., Nenicu A. Aspecte teoretice privind particularitățile dezvoltării psihomotrice ale copiilor de 7-10 ani în cadrul lecțiilor de înot. În: <i>Materialele Congresului Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, Ediția V-a 10-12 septembrie 2020, Chișinău, USEFS.</i></p> <p>22. Goncearuc Sv., Leșcu V. <i>Formarea profesorilor pentru dezvoltarea relațiilor școală – familie în procesul educației fizice.</i> În: <i>Materialele Conferinței Științifice Internaționale “Formarea continua a specialistului de cultură fizică în conceptul acmeologic modern”, 3 decembrie 2020, ediția 1-a, Chișinău, Republica Moldova, ISBN 978-9975-68-417-0. p. 36-44.</i></p> <p>23. Lupuleac V., Goncearuc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.</p> <p>24. Goncearuc S. Strategii de pregătire psihică a adolescenților în procesul antrenamentului sportiv. În <i>Materialele Conferinței Științifice Internaționale Studentești, Ediția a XXIV-a din 22 aprilie 2021.</i></p> <p>25. Lupuleac V., Goncearuc S., Demcenco P. Monografie ”Influența mijloacelor specifice educației fizice asupra corectării disgrafiei la elevii claselor primare”. Chișinău, 2015, Tipografia ”Valinex” SRL. ISBN 978-9975-68-275-6.</p>
--	---



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		1001.1 Kinetoterapie și terapie ocupațională					
Denumirea cursului		Gimnastica medicală și kinetoprofilaxia					
Titularul cursului		Godorozea Mihail					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	F 08 O.58	Anul	IV	Semestrul	VIII
Nr. credite	6	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (F – componenta fundamentală)							F
Catedra	Kinetoterapie	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.kinetoterapie@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	15	45	90	
Nota de prezentare	<p>Gimnastica medicală și kinetoprofilaxia studiază procesul de optimizare a stării de sănătate și de prevenire a îmbolnăvirilor organismului, cu ajutorul exercițiilor fizice.</p> <p>În instituirea demersului profilactic trebuie să se pornească întotdeauna de la cunoașterea:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Particularităților bio – psiho – motrice ale individului, întrucât este vizată personalitatea umană în ansamblul și integritatea sa. - Interdependența organismului cu mediul ambiant. - Influența exercițiilor fizice asupra omului sănătos în situații biologice speciale. <p>Gimnastica medicală și kinetoprofilaxia ca disciplină fundamentală se studiază la specialitatea 1001.1 Kinetoterapie și Terapie Ocupațională, cod F 08 O. 58 pe un număr de 180 ore. Orele sunt repartizate în felul următor: contact direct 90 ore; lucru individual 90 ore; 2 ore pe săptămână – prelegeri; 6 ore – practice. Studiarea obiectului se finalizează cu examen. Pe parcursul însușirii obiectului se preconizează de îndeplinit două evaluări, curentă și finală în săptămâna a 7 – a și a 14 – a din planul calendaristic.</p>						
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice; • Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; • Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului educației fizice în procesul de elaborare a diferitor tipuri de proiecte; • Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de proiectare și programare a activităților instructive specifice procesului educației fizice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p>						

	<ul style="list-style-type: none"> • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform statusului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul educației fizice și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale. 					
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p align="center">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Cunoașterea principiilor și metodelor de bază a disciplinei gimnastica medicală și kinetoprofilaxia; ▪ Cunoașterea, înțelegerea și utilizarea conceptelor și noțiunilor proprii domeniului activităților motrice, precum și a teoriilor interpretative a modelelor de abordare a acestora; ▪ De a asimila conținuturi științifice proprii teoriei și practicii recuperării fizice; ▪ Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul gimnasticii medicale și kinetoprofilaxiei, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională. <p align="center">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Proiectarea conținuturilor instruirii astfel, încât să dezvolte structuri operatorii, afective, motivaționale, volitive, atitudinale; ▪ Aplicarea metodologiei specifice recuperării; ▪ Abilitatea de rezolvare a problemelor/situațiilor concrete specifice procesului de reabilitare prin aplicarea principiilor și metodelor de bază; ▪ Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. <p align="center">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice, formarea priceperilor motrice și corecția dezvoltării fizice; ▪ Capacitatea de a evalua și a selecta cele mai adecvate metode de evaluare analitică și globală a capacității psihice și motrice a individului; ▪ Abilitatea de utilizare a celor mai adecvate principii și metode specifice domeniului reabilitare fizică în procesul de elaborare a diferitor tipuri de programe de recuperare. 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Kinetoprofilaxia și Gimnastica medicală. Noțiuni generale.	16	2	6	8
	2	Etica și deontologia medicală rolul și sarcinile	12	2	4	6
	3	Drepturile și obligațiile kinetoterapeutului în exersarea profesiei	12	2	4	6
	4	Fitness-ul - componentă de bază a kinetoprofilaxiei, testarea aparatului mio-artro-kinetic	12	2	4	6
	5	Kinetoprofilaxia copilului la diferite etape ale vârstei	18	4	6	8
	6	Kinetoprofilaxia în perioada pubertară	12	2	4	6
	7	Evaluarea intermediară I	6		2	4
	8	Kinetoprofilaxia în perioada adolescenței	12	2	4	6
	9	Kinetoprofilaxia în perioada de maturitate și vîrstă a treia	14	4	4	6
	10	Cromoterapia sau terapia prin culoare	12	2	4	6
	11	Apiterapia	12	2	4	6
	12	Hirudoterapia – terapia cu lipitori	12	2	4	6
	13	Terapia prin jocul de nisip	12	2	4	6
	14	Fitoterapia – terapia cu plante	12	2	4	6
	15	Evaluarea finală II	6		2	4

	Total	180	30	60	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Prin utilizarea corectă a strategiilor didactice se va realiza eficient cunoașterea diverselor aspecte ale gimnasticii medicale și ale kinetoprofilaxiei. Studenții sânt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>În funcție de obiectivele planificate, cadrele didactice pot utiliza atât strategii tradiționale, cât și moderne: expunerea, asaltul de idei, lectura ghidată, demonstrația didactică, explicația, exercițiul didactic, studiul de caz, descoperirea didactică, utilizarea surselor, cercetarea individuală, cercetarea de grup, agenda cu notițe paralele, simularea, judecată in triadă, jocul de rol etc.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se efectuează sub forma de testare desfășurată în cadrul orelor de seminar, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare).</p> <p>3. Evaluarea finală se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării orale. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cordun, M., (1999), Kinetologie medicală, Editura Axxa, București. 2. Crăciun, M., 2002, Kinetoprofilaxie, curs – ID, Bacău. 3. Mârza, D., (2005), Kinetoprofilaxie primară, Editura Tehnopress, Iași. 4. Sbenghe, T., (2002), Kinesiologie – Știința mișcării, Editura Medicală, București. 5. Ionescu, A., (1994), Gimnastica medicală. București, Editura All. 6. Kneipp S. (1999), "Hidroterapia", Editura L.V.P., București. 7. Pasca Maria Dorina, (2004), Povestea terapeutică, Editura Ardealul. 				

Data completării: 01.09.2021

Godorozea Mihail



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Civilizația Europeană					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa Nicolai Ciuc Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08 A.59	Anul	III	Semestrul	VII I
Nr. credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Oredecontact direct		45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru		90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice		Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)				
e-mail	catedra.spsu@gmail.com		Total	C	S	L/P	LI
			90	30	15	-	45
Nota de prezentare	<p>Cursul <i>Filosofia și logica domeniului de formare profesională</i> are menirea de a veni în ajutor studenților specialității <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, doctoranzilor, profesorilor și tuturor celor care se interesează de problematica culturologiei. Disciplina face parte din componenta de orientare socioumanistică din planul de învățământ, care are ca scop formarea unui orizont larg de cultură filozofică, politologică, sociologică, psihologică și economică, care i-ar permite viitorului specialist să-și asume responsabilități într-o societate liberă și să se adapteze operativ și eficient la modificările din societate. La USEFS, disciplina <i>Filosofia și logica domeniului de formare profesională</i> urmează să fie predată ca o știință de sinteză, umanistă prin excelență, având în centrul ei omul și activitatea umană, care trebuie să îmbogățească viața și cunoașterea fiecărui student, dezvoltându-i înțelegerea sensului și devenirii culturii. Instruirea culturologică are misiunea să pregătească tinerii pentru a se orienta mai ușor în lumea contemporană, care constituie rezultatul dezvoltării istorice a mai multor culturi și civilizații umane. Totodată, aceasta va contribui la înțelegerea mai bună și stabilirea contactelor dintre reprezentanții diferitor culturi și civilizații contemporane, și în rezultat să aprecieze originalitatea și valoarea diferitor culturi, să se orienteze în mediul cultural al societății contemporane, să fie apt de a participa în dialogul culturilor. Cursul conține trei compartimente ce corespund standartelor internaționale: elemente de filozofie a culturii, istoria culturii universale, istoria culturii naționale. Compartimentul privind filosofia culturii are ca obiect de studiu procesul creației umane și rezultatul specific al acestui proces – fenomenul cultural – în multidimensionalitatea sa, precum și interrelațiile acestuia cu celelalte componente ale socialului. Sunt reflectate legile genezei și dezvoltării culturii, definiția generală, structurală și funcțională a fenomenului cultural; definiția, structura și funcționarea valorilor, clasificarea acestora; raportul dintre cultură și civilizație; funcțiile modelatoare ale culturii; statutul de om cult, raportul dintre național și</p>						

	<p>universal în cultură etc. Partea privind istoria culturii universale se bazează pe studierea culturilor în corespundere cu nivelurile de dezvoltare a înțelepciunii umane. Se studiază culturile de la origine și până la declin, sau până în zilele noastre. Selecția noastră s-a oprit asupra acelor care în decursul existenței lor și-au desfășurat, pe multiple planuri, toate posibilitățile creatoare, care și-au constituit un profil de o marcată originalitate, care ajungând astfel să se impună ca organisme viguroase, mature, complete, devenind adevărate modele pentru unele popoare din jur și au contribuit substanțial la îmbogățirea patrimoniului de valori al omenirii. Fiecare capitol dedicat unei anumite culturi are drept scop să releve contribuția sa efectivă și locul pe care îl ocupă astfel în istoria umanității. Compartimentul care include istoria culturii naționale îi familiarizează pe studenți cu originea, dezvoltarea de-a lungul, etapelor istorice, interacțiunea cu alte culturi, specificul și originalitatea, tendințele principale ale culturii naționale și cu modalitatea încadrării ei în cultura universală. Modalitatea de abordare a temelor o constituie expunerea în sinteză a culturologiei contemporane, la o anumită problemă de filozofie a culturii sau, în cazul istoriei culturii, făcând apel la cercetătorii reprezentativi atât din domeniul istoric, precum și al filozofiei, eticii, esteticii, științei sau al istoriei artei.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politeții în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul filosofiei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea

	<p>profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor - elev/student.</p> <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criterii de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	3	2	1	3
	2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt India și china Antică	3	2	1	3
	3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică și clasică și perioada elenistă	3	2	1	3
	4	Filosofia medievală	3	2	1	3
	5	Filosofia epocii Renașterii	3	2	1	3
	6	Filosofia Modernă	3	2	1	3
	7	Filosofia Contemporană: orientări și stiluri de gândire	3	2	1	3
	8	Gândirea filosofică națională.	3	2	1	3
	9	Concepte fundamentale ale ontologiei. Ontologia umanului	3	2	1	3
	10	Determinismul, principiile devenirii.	3	2	1	3
	11	Gnoseologia și Epistemologia.	3	2	1	3
	12	Antropologia.	3	2	1	3
	13	Axiologia	3	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	3	2	1	3
15	Cultura națională contemporană	3	2	1	3	
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interview, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a două lucrări de control petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și lucrărilor individuale, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p>	<p>100%</p>
	<p>Nota pentru evaluarea finală</p>	<p>40%</p>
	<p>Nota evaluarea curentă</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p>	<p>20%</p>
	<p>Nota lucrul individual</p>	<p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>22. Antologia de filosofie românească, voi. 1 București, Minerva, 1986. 23. Anton I. Adămuț, <i>Filosofia Sfântului Augustin</i>, editura Polirom 2001 24. Aristotel, <i>Statul</i>, editura Antet, București 2003 25. Aristotel, <i>Politica</i>, editura Antet, București 2003 26. Boboc A., Mihai N., <i>Filosofia contemporană. Principalele orientări și stiluri de gândire</i>, Chișinău, 1993. 27. Capcelea V., <i>Filosofie</i>, ed. a 3-a, revăzută și adăugită, Chișinău, Arc, 2002 28. Cazan Gh., <i>Istoria filosofiei românești</i>, București, Ediția Didactică și pedagogică, 1984 29. Kant Im. <i>Critica Rațiunii Pure</i>. București, Polirom 2007. 30. Didier L, <i>Dicționar de filosofie</i>. București, ed. Univers Enciclopedie, 1996. 31. <i>Filosofia contemporană</i>, București, Caramond, 1999. 32. <i>Filosofia neokantiană în texte</i>, București 1993 33. Flora L, <i>Filosofie</i>, București, ed. Fundației "România de mâne", 1999. 34. Florian M., <i>Filosofie generală</i>, București, Caramond, 1995. 35. Georgescu D., Lăcătuș M., <i>Mari filosofi ai lumii</i>, București, ed. Didactică și Pedagogică, 1995 36. <i>Istoria filosofiei</i>. sub. red. lui M. Bulgaru, vol. I, II, Chișinău, 1999 37. <i>Lecții de filosofie</i>, București, Humanitas, 1990. 38. Nietzsche F., <i>Amurgul idolilor</i>, Cluj-Napoca, 1990 39. Mirioan M., <i>Filosofie</i>, București, ed. didactică și pedagogică, 1993 40. Vasilie Muscă, <i>Introducere în Filosofia lui Platon</i>, editura Polirom, 2002 41. Schopenhauer A., <i>Lumea ca voință și reprezentare</i>, Iași, 1995 V.1, V.2, V.3 42. Schopenhauer A., <i>Viața. Amorul. Moartea</i>. București, 1992</p>	

Data completării: 01.09.2021

Nicolaiciuc Natalia



FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Destinul european al Republicii Moldova					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa Nicolai Ciuc Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08 A.60	Anul	IV	Semestrul	VIII
Nr.credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U–componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@github.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Fiecare popor sau țară dispune de o cultură și o civilizație cu multiple forme de existență. Istoria Europei s-a format în mod coerent de organizare socială, politică, administrativă, religioasă și și-a exprimat viziunea sa proprie asupra vieții și a omului, a lumii, formulând și un sistem propriu de valori, și-a creat o artă originală. Ca știință generală despre cultură și civilizație, <i>Destinul european</i> are scopul de a releva premisele cultural-istorice ale civilizației contemporane pentru studenții de la specialitatea <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>.</p> <p>În procesul de studiere a disciplinei se presupune familiarizarea studenților cu valorile culturale europene, care au început să se cristalizeze în epoca modernă, cu cultura națională ca parte componentă a culturii universale pentru a le trezi interesul față de dialectica proceselor culturale și importanța lor socială, de a le ridica nivelul conștiinței civice și mândria față de cultura țării noastre.</p> <p>A cunoaște istoria este o autocunoaștere a propriei tale entități umane, în variatele modelări pe care viziunea omului dintr-o anumită epocă au imprimat-o gândirii, simțirii, faptelor; lucru necesar mai ales astăzi când pulsunile simțirii se nasc și mor pe loc, iar intelectul tinde să devină lipsit de aripi, când sirenele răgușite ale tehnicii și ale consumului imediat, fără iradiere, închid orizontul spiritual până la anulare.</p> <p>Un rol important în societate contemporană îi revine și religiei. Acum, când adevărul este amar, până la de nesuportat, „avem arta pentru a nu muri din cauza adevărului”, cum afirma Nietzsche. Iar Mallarme credea că lumea se va mântui printr-o literatură mai aleasă, prin cunoașterea ideii divine. În lume, zbuciumată de conflicte religioase, cunoașterea doctrinelor și dogmaticii principalelor religii universale, constituie un factor important în făurirea unei societăți tolerante, capabile se reziste xenofobiei, naționalismului și șovinismului radical.</p> <p>Amplicarea orizontului de cultură a studenților, orientarea comportamentului</p>						

	cultural spre standarde mai înalte, formarea gustului și atitudinii estetice dezirabile, stimularea interesului pentru un evantai cât mai larg de valori culturale formează obiectivele cursului dat. Acest curs este necesar pentru a reda învățământului sportiv aspect umanistic, toleranța față de diferențele etnice, culturale și religioase.			
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul istoriei în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor moralei <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale istoriei profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student, 			
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și istorice profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul european profesional; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de destin european – știința istorică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale istoriei profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale istoriei civilizației profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale istoriei; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul istoriei profesionale. ▪ să estimeze impactul istoriei profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 			
â	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore	
			Total	Curs
			Semina	LI

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul					r	
	1	Destinul istoric al R.Moldova	6	2	1	3
	2	Aspecte generale privind integrarea Europeană a R. Moldova.	6	2	1	3
	3	Proclamarea independenței și recunoașterea internațională a Republicii Moldova.	6	2	1	3
	4	Republica Moldova: metode noi de asistență și cooperare internațională	6	2	1	3
	5	Relațiile Republicii Moldova – organizațiile internaționale.Integrarea europeană avantaje și obligații.	6	2	1	3
	6	Acordul de asociere cu UE – Republica Moldova.	6	2	1	3
	7	Asistența Uniunii Europene în Republica Moldova: oportunități sau dependență.	6	2	1	3
	8	Politica europeană de vecinătate și impactul ei asupra Republicii Moldova.	6	2	1	3
	9	Relațiile R.Moldova cu România.	6	2	1	3
	10	Relațiile R.Moldova cu Ucraina.	6	2	1	3
	11	Relațiile R.Moldova Federația Rusă.	6	2	1	3
	12	Republica Moldova și Consiliul Europei.	6	2	1	3
	13	Valorile fundamentale ale Uniunii Europene.Metoda de unificare a Europei.	6	2	1	3
	14	Combaterea rasismului.	6	2	1	3
	15	Cultura europeană în epoca contemporană.	6	2	1	3
	Total	90	30	15	45	
Strategii de predare&învățare în cadrulcursului/modul ului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p> <p><i>Scrierea liberă;Studiu de caz</i></p> <p>În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală.</i></p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și</p>					

	<p>capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pomind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota dela activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Cereș I. Republica Moldova în relațiile economice internaționale (1991 – 1995). Chișinău: CIVITAS, 1998, p.52-53. 2. Cernescu M., Galben A., Rusnac Gh., Solomon C. RepublicaMoldova: Istoria politică (1989-2000). Documente și materiale. vol. I. Chișinău: USM, 2000, p.41-43. 3. Cernescu M., Galben A., Rusnac Gh., Solomon C. RepublicaMoldova: Istoria politică (1989-2000). Documente și materiale. vol.II. Chișinău: USM, 2000, p.406-407. 4. Chirtoacă N. Moldova – CSI: Posibilități ratate și așteptări nejustificate. În: Moldova între Est și Vest. Identitatea naționalăși orientarea europeană. Chișinău: CAPTES, 2001, p.41. 5. Concepția politicii externe a Republicii Moldova, adoptată deParlament la 8 februarie 1995. În: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1995, nr.20. 6. Dani T. Republica Moldova în spațiul tranziției și costul socialal Reformelor. Chișinău: Pontos, 2004, p.134–135. 7. Doronin V. Mirajele și realitatea politicii externe a Moldovei independente. În: De facto, 2002, 19 martie. 8. Moldova și Integrarea Europeană. Chișinău: Institutul de Politici Publice. Prut internațional, 2001, p.83. 9. Parlamentul Republicii Moldova a ratificat documentele deaderare la CSI. În: Sfatul Țării, 1994, 12 aprilie. 10. Prohnițchi V. Reformele economice. În: Tranziția. Retrospectiveși perspective. Chișinău: Gunivas, 2002, p.24-27. 11. România și Organizația Cooperării Economice a Mării Negre(OCEMN). 12. Șveț A. Cooperarea regională a Republicii Moldova în cadrulOrganizației pentru Cooperare Economică a Mării Negre.http://studiamsu.eu/wp-content/uploads/40-p265-268.pdf 13. Tratatate internaționale la care Republica Moldova este parte(1990-1998). Vol.16. Chișinău: MOLDPRES, 1999, p. 3-4. 14. Tratatate internaționale la care Republica Moldova este parte(1990 – 1998). Vol.29. Chișinău: MOLDPRES, 1999, p.65. 15. Țvirunc V. Cooperarea economică la Marea Neagră nu este„formă fără fond” https://www.europalibera.org/a/24933210. 	



FIȘA CURSULUI /MODULULUI

Programul de studii		<i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>					
Denumirea cursului		Elemente de cultură universală și națională					
Titularul cursului		Calugher Viorica					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 08A.61	Anul	IV	Semestrul	VIII
Nr. credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Totalorepe semestru			90
Regimul disciplinei (U–componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității <i>Kinetoterapie și terapie ocupațională</i>, lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Prezentul curriculum examinează două aspecte principale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unul care reglează acțiunea educativă, cuprinzând finalitățile, scopurile, obiectivele de studiu. • celălalt, care permite realizarea acestora, respectiv căile, mijloacele, și activitățile. <p><i>Curriculum este axat pe următoarele obiective:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului istoric, care reglementează activitatea studenților pe tot parcursul studierii teoriei și istoriei culturii; • obiectivele cadru ale învățământului istoric universitar; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc progresul în achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii; <p>În vederea realizării obiectivelor de referință sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în 90 ore pe parcursul unui semestru.</p>						
	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea 						

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; • Să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; • Să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; • Să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; • Să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p>La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; • Să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății (adaptare, schimbare, condiționare, etc.) • Să determine locul și importanța diferitelor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; • Să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. • Să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	1	Obiectul și problematica disciplinei	6	2	1	3
	2	Valoarea –concept fundamental al filosofiei culturii.	6	2	1	3
	3	Naționalul și Universalul în cultură	6	2	1	3
	4	Cultura și civilizația Indiei antice.	6	2	1	3
	5	Cultura și civilizația Egiptului Antic.	6	2	1	3
	6	Cultura și civilizația Greciei antice.	6	2	1	3
	7	Cultura și civilizația Romei antice.	6	2	1	3
	8	Cultura și civilizația Evului Mediu.	6	2	1	3
	9	Cultura epocii Renașterii	6	2	1	3
	10	Cultura epocii Moderne	6	2	1	3
	11	Cultura epocii Contemporane	6	2	1	3

	12	Civilizația geto-dacilor.	6	2	1	3
	13	Cultura românească medievală	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
	15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; elaborarea de proiecte. 					
Strategiile de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei Elemente de cultură universală și națională se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acestora prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>					
Stabilirea notei finale	Nota finală				100%	
	Nota pentru evaluarea finală				40%	

(ponderea exprimată în %)	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Boia L. Istorie și mit în conștiința românească. București, editura Humanitas, 1997. 2. Botez-Crainic, A. Istoria artelor plastice. Vol. I-II. București, 1995; 3. Blaga L., Opere. Vol. 9: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1985. 4. Blaga L., Opere. Vol. 10: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1987. 5. Braunstein K, Repin J. K, Cultura pentru toți, București, 1997. 6. Bâțlan, I. Istoria culturii și civilizației universal. – București, 1995; 7. Calugher Viorica, Elemente de cultură universală și națională. Chișinău, 2017. 8. Chamoux, F. Civilizația greacă. Vol. I. –București. – Meridiane. -1985; 9. Cristea M., Sistemul educațional și personalitatea. București, Editura Didactică și Pedagogică, 1994. 10. Cultură și societate – studii privitoare la trecutul românesc, volum îngrijit de Al. Zub, București, Editura Științifică, 1991. 11. Harari Noah. 21 de lectii pentru secolul XXI, Polirom, 2018. 12. Hâncu I. Străvechi monumente din Republica Moldova. Chișinău, 1996. 13. Deagaciov L., Roșca S. Apariția și dezvoltarea gândirii filozofice în Moldova, Chișinău, 1992. 14. Drimbă O., Incursiuni în istoria civilizațiilor, București, 1985 15. Delacroix H., Psihologia artei, București, 1983. 16. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-4, București, 1986, 1987, 1990, 1995. 17. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-10, București, 1998. 18. Drimba O., Incursiuni în civilizația omenirii, Vol. 1-2, București, 1993-1996. 19. Drîmbă, O. Istoria culturii și civilizației. – București. - 1997. – vol. I – X; 20. Enciclopedia istoriografiei românești, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1978. 21. Istoria civilizației și culturii universal și naționale. Sub red. Gr. Socolov. – Chișinău, 1998; 22. Куманецкий, К. История культуры Древней Греции и Рима. – Москва: Высшая школа. 1990. 23. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, București, 1996 24. Lovinescu E. Istoria civilizației române moderne. București, editura Minerva, 1997. 25. Pâslaru V., Principiul etno - cultural în învățămîntul din Republica Moldova. Revista de pedagogie (București, Romania), 1993. Nr. 8-12. 26. Peter A. Clayton, P.G. Maxwell-Stuart, Joyce Tyldesley, Chris Scarre, Cronica Faraonilor. Cronica Papilor. Cronica Împăraților Romani. Cronica Reginilor Egiptului. Rao Books. 2015. 27. Popa, G. Istoria culturii și a civilizațiilor. - Iași: Cugetarea, 1997; 28. Tănase Al., Introducere în filosofia culturii. București, Editura Științifică, 1968. 29. Radu G. Ideea de progres cultural în lumea contemporană. Iași, 1981. 30. Radu F. Metamorfoza culturii în secolul al XX-lea. București, 1988. 31. Solcanu I. Globalizare și cultură națională – o dilemă reală. Convorbiri literare, 2006. 32. Ungureanu I. Idealuri sociale și rrealități naționale, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1988. 	

Data completării: 01.09.2021

Calugher Viorica

MINISTERUL EDUCAȚIEI ȘI CERCETĂRII AL REPUBLICII MOLDOVA

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT

FACULTATEA PROTECȚIE, PAZĂ ȘI SECURITATE



CATALOG CURSURILOR

PROGRAMULUI DE STUDII

1032.1 SECURITATE CIVILĂ ȘI PUBLICĂ

Ciclul I (licență), 180 credite

**în conformitate cu planul de învățământ aprobat de ME din 27.07.2017, nr. de
înregistrare 18154**

CHIȘINĂU, 2022

Introducere

Ținând cont de necesitatea de pregătire a specialiștilor de înaltă calificare pentru Republica Moldova, Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport, Facultatea Protecție, Pază și Securitate propune următoarea concepție de formare a specialistului în domeniul Serviciilor ale Securității, precum și finalitățile preconizate pentru domeniul de formare profesională 1032 Protecția persoanelor și a proprietății, la specialitatea – 1032.1 Securitate civilă și publică.

Scopul programului de studii la specialitatea – **1032.1 Securitate civilă și publică**, este de a forma cunoștințe teoretico-practice și de a cultiva deprinderi și abilități în sfera securității civile și publice, întru satisfacerea necesităților de siguranță și încredere ale societății; asigurarea dreptului fiecărui cetățean la justiție; promovarea pluralismului de opinii; circulația nestingherită a ideilor, concepțiilor, teoriilor; crearea unui mediu favorabil pentru asigurarea protecției, pazei și securității cetățenilor etc., stimulând astfel procesele de dezvoltare continuă a principiilor democratice de conviețuire socială. Serviciile de securitate pun în valoare fenomenele și procesele ce se produc în sectorul juridic și are ca obiectiv principal examinarea unor concepte, paradigme și mecanisme de securitate specifice diverselor instituții de drept public și privat.

Obiectivul general al formării cadrelor la specialitatea – **1032.1 Securitate civilă publică**, se află în corelație directă și răspunde cerințelor în ascensiune de securitate a persoanei și a societății în ansamblu, de a deține informație veridică, actuală, completă și obiectivă privind faptele, evenimentele și fenomenele din sfera locală, națională și internațională. Starea actuală a instituțiilor de protecție, pază și securitate din Republica Moldova reafirmă necesitatea perfecționării domeniului de formare specială în virtutea afirmării valorilor democratice, a reformării sistemului de protecție și securitate, a extinderii în diferite sfere ale pieței de muncă a cererii pentru această profesie. Astfel, pregătirea teoretică și practică reprezintă un complex de competențe care corespund cerințelor pieței de muncă.

Caracteristici.

Scopul planului de studii este pregătirea profesională, științifică și practică de performanță a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional. Acest obiectiv este atins prin realizarea misiunii planului de învățământ care constă în formarea de absolvenți capabili să activeze la specialitatea – 1032.1 Securitate civilă și publică, pentru activități specifice ocupației, desfășurate în instituții de stat și private.

Durata instruirii studenților este de 3 ani. După funcția în formarea profesională inițială prin competențe generale și competențe specifice, unitățile de curs sunt grupate în următoarele componente:

1. componenta fundamentală (cod F);
2. componenta de formare a abilităților și competențelor generale (cod G);
3. componenta de orientare socio-umanistică (cod U);
4. componenta de specialitate - de (cod S);

În primul an de studiu, sunt studiate disciplinele de cultură generală și social umaniste, fundamentale, iar în următorii doi ani accentul este pus pe disciplinele de specialitate.

După gradul de obligativitate și posibilitatea de alegere, unitățile de curs se clasifică în:

1. obligatorii;
2. opționale;
3. la libera alegere.

Angajabilitate.

Absolventul care a îmbrățișat specialitatea Securitate civilă și publică își va desfășura activitatea profesională prioritar în următoarele instituții publice: Ministerul Afacerilor Interne, Serviciul de Informații și Securitate, Departamentul Instituțiilor Penitenciare, Serviciul de Protecție și Pază de Stat, cât și în companiile private de protecție și pază.

Calificarea obținută după parcurgerea planului de învățământ permite deținătorului diplomei de licență să participe la concursul de admitere la programele de master sau angajarea în câmpul muncii în conformitate cu Clasificatorul ocupațiilor din Republica Moldova (CORM 006-14), ocupațiile tipice

pentru absolvenții programului de studiu 1032.1 Securitate civilă și publică sunt: Grupa de bază 5412: Polițiști: (Inspector inferior patrulare, Inspector (inclusiv superior) patrulare, Polițist); Grupa de bază 5413: Agenți de penitenciare (Șef de bloc, Șef de gardă, Șef de sector); Grupa de bază 5414: Gardieni (Inspector de securitate, Inspector pază paramilitară, Șef formație pază și ordine, Șef tură servicii securitate, Agent gardă corp, Consultant de securitate), Grupa de bază 1213 Conducători în domeniul politicilor economice și al planificării (Manager de securitate) Grupa de bază 2149 Ingineri și asimilați neclasificați în grupele de bază anterioare (Coordonator în materie de securitate și sănătate în muncă).

Formare ulterioară.

Calificarea obținută după absolvirea facultății permite deținătorilor diplomei de licență să continue studiile la ciclul II (studii superioare de masterat) și în perspectivă la doctorat.

Abordări pedagogice.

Cursurile teoretice sunt ținute în torente. La cursuri sunt prezentate conceptele, progresele curente, controversesele din domeniu. Pentru seminare, lucrări practice, lucrări de laborator, studenții se pregătesc din sursele bibliografice accesibile din biblioteca universitară.

Metode de predare/învățare

În procesul de predare/învățare se pune accent pe strategiile didactice interactive, paradigmele activ-participative și interpretative, bazate pe principiile constructivismului și diferențierii pedagogice: deplasarea accentului de la activitatea de predare spre cea de învățare centrată pe student; reconsiderarea rolului profesorului ca organizator și facilitator al procesului de învățare în care sunt implicați studenții; conștientizarea studenților cu privire la necesitatea participării active la planificarea și gestionarea propriului traseu educațional; diferențierea demersurilor didactice în raport cu diferitele stiluri de învățare.

În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritizare; modelare didactică; problematizare, dar și moderne: activități în echipă, mozaic, fishbowl, turul galeriei, simularea de caz/situație, interviu/argument în trepte, studiul de caz etc. Programul de studiu prevede realizarea proiectelor de cercetare/aplicate în grup și individual, lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate. În predare/învățare se acordă o atenție deosebită formării de abilități, care se realizează în cadrul orelor practice/de laborator, al stagiilor de profesionalizare și al lucrului individual ghidat al studenților. În cadrul activităților extracurriculare sunt organizate seminare, traininguri, work-shopuri cu alocarea de credite extracurriculare.

Metode de evaluare

Aptitudinile și achizițiile de cunoștințe ale studenților la fiecare disciplină sunt evaluate pe parcursul semestrului prin aplicarea a două teste de verificare, și/sau prin întocmirea portofoliului, și/sau prin realizarea unui proiect, și/sau prin participarea la lecțiile practice și seminarii cu expuneri, în final fiind realizat un examen oral sau scris.

Verificarea pe parcurs are drept scop acumularea a minim 2-3 note pe semestru la disciplină. Studenții pot prezenta probele de verificare a cunoștințelor în cadrul orelor de curs, precum și în orele suplimentare, prevăzute pentru evaluare curentă. Acumularea de note pe parcursul semestrului și demonstrarea unei atitudini serioase față de formarea teoretică și practică la disciplină nu exclude susținerea examenului final de către studenți. Restanțele la disciplinele de studiu se susțin pe parcursul sesiunilor de reexaminare. Promovarea la următorul an universitar se efectuează doar atunci, când studentul a validat toate cursurile din anii de studiu anteriori. Cu toate acestea, studentul care nu a validat complet un semestru, poate fi promovat condiționat, cu condiția susținerii restanțelor în cadrul sesiunilor de reexaminare. Numărul mare de restanțe poate servi drept temei pentru repetarea semestrului / a anului de studiu, sau pentru stoparea statutului de student.

Competențe-cheie dezvoltate în program.

Ținând cont de cele trei funcții de bază (prioritare) ale învățământului superior (de instruire, de cercetare și de educație), ansamblul de competențe pe care trebuie să la poseze absolventul la specialitatea – 1032.1 Securitate civilă și publică, sunt clasificate în 2 categorii: competențe profesionale (CP) și transversale (CT).

CP1: Cunoașterea și înțelegerea conceptelor și teoriilor de bază din domeniul securității (Cunoașterea și descrierea noțiunilor, teoriilor, conceptelor și principiilor fundamentale din domeniul securității, precum și a bazelor teoriei statului și a dreptului, care servesc fundament metodologic în activitatea profesională; cunoașterea și înțelegerea structurii și principiilor activității organelor securității statului și a organelor de ocrotire a normelor de drept; cunoașterea și înțelegerea pericolelor care atentează la securitatea cetățeanului)

CP2: Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea diverselor categorii de concepte, noțiuni și teorii din domeniul securității (Utilizarea adecvată a limbajului de specialitate pentru explicarea și interpretarea conceptelor și teoriilor din domeniul securității, interpretarea și explicarea corectă a legislației în vigoare, interpretarea și explicarea corectă a nivelului de securitate a în plan național, regional și internațional, utilizarea cunoștințelor de bază din domeniul securității, explicarea și interpretarea conceptelor, teoriilor, mecanismelor și proceselor asociate domeniului protecție, pază și securitate.)

CP3: Aplicarea unor principii, metode, tehnici și tactici de prevenire a pericolelor și asigurare a securității. (Asigurarea securității civile și ordinii publice, prevenirea și combaterea faptelor ce atentează la securitatea civilă și publică, aplicarea profesionistă a procedurilor, tehnicii și mijloacelor speciale din dotare)

CP4: Evaluarea și aprecierea corectă a calității și performanței diverselor mecanisme și procese din domeniul securității, (Analiza și aprecierea informațiilor relevante acumulate, interpretarea lor și efectuarea de pronosticuri; analiza legislației în vigoare în domeniul securității și formularea soluțiilor privind securitatea civilă și publică, gândirea critică și originală referitoare la soluționarea problemelor de securitate; planificarea activităților de asigurarea a securității civile și publice; elaborarea planurilor de asigurarea a protecției, pazei și securității.)

CP5: Creativitate, inovare și comunicare (Capacitatea de cercetare științifică în domeniul securității, de a elabora teze și lucrări științifice cu elemente de noutate, actualitate și aplicabilitate; capacitatea de a comunica cu persoane din diferite medii sociale, de a înțelege limbajul nonverbal, de a comunica într-o limbă de circulație internațională.)

CT1: Autonomie și responsabilitate (respectarea normelor de etică și deontologie în activitatea profesională, rezolvarea eficientă a problemelor în situație de criză și a conflictelor, adoptarea deciziilor optime în situații de risc, onestitate, corectitudine și punctualitate, capacitatea de a riposta ferm împotriva tentativelor de atragere în activități ilegale.)

CT2: Interacțiune socială (competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipă și de a colaborarea cu specialiști din domeniul protecției, pazei și securității; competențe de leadership și spirit de inițiativă, empatie , pozitivism și respect față de ceilalți.)

CT3: Dezvoltare personală și profesională (Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră; determinarea priorităților în formarea profesională, autoevaluarea procesului de învățare, diversificarea formelor și stilurilor de învățare, proiectarea prospectivă a unor ținte profesionale.)

Gradul de noutate.

Misiunea cadrelor didactice angajate în formarea profesională este de a asigura calitatea procesului didactic, de a avea specialiști care vor fi competitivi pe piața muncii din țară și de peste hotarele ei. În acest sens elaborarea curriculum-ului academic de specialitate este centrat pe student.

Modernizarea procesului de instruire a studenților este una din direcțiile principale ale activității întregului colectiv și ale Decanatului facultății. În acest aspect au fost ajustate planurile de studii și programele analitice, acestea fiind racordate standardelor universităților din România, Polonia, Rusia.

Relevanța.

Conținutul Planului de învățământ este orientat spre formare de competențe și este revizuit periodic, în funcție de schimbările care se produc în profilul calificării și în impactul acestora asupra organizării acestui domeniu de licență. În acest sens, facultatea, potrivit Planului strategic propriu și al instituției inclusiv, a organizat analize colegiale în colaborare cu studenții, absolvenții și reprezentanții angajatorilor pe probleme prioritare ale procesului educațional și, după caz, pentru stabilirea direcțiilor de modificare a programelor de instruire, având ca reper instituții mari cu tradiții recunoscute din România.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Teoria Generală a Dreptului
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Baltag Dumitru
Cadre didactice responsabile	
e-mail:	dumitrubaltag@gmail.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F.01.O.001	Teoria generală a statului și dreptului/sistemul organelor de drept	1	I	120	30		30	
F.01.O.001	Teoria generală a statului și dreptului/sistemul organelor de drept	1	I	120		10		10

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Sarcina aprofundării pregătirii fundamentale a specialiștilor în protecție și securitate presupune perfecționarea instruirii teoretice generale. La intensificarea pregătirii teoretice generale, formarea la studenți a unei concepții juridice dezvoltate, va contribui însușirea cu succes de către ei a noțiunilor generale ale Teoriei dreptului. Însușirea lor nu este un scop în sine, este un mijloc important de cunoaștere a realității juridice. Teoria generală a statului și dreptului reprezintă unul din cursurile aprofundate, de bază, predate în cadrul Facultății de Protecție Pază și Securitate. În conținutul său sunt subliniate acele generalizări științifice fundamentale având ca temei cercetările din domeniul științelor juridice de ramură: constituțional, civil, penal, administrativ etc. În mod evident concluziile și generalizările teoriei generale a statului și dreptului, reprezintă linii directoare sub aspect teoretic precum și principalele instrumente de tehnică juridică (norma juridică, raport juridic, izvorul de drept, instituția juridică etc.) pentru științele juridice de ramură.

Scopul disciplinei: este de a forma viitorilor specialiști din domeniul protecției pazei și securității o concepție științifică despre fenomenul juridic. Cercetând fenomenul dreptului, inclusiv normele juridice, raporturile juridice, izvoarele dreptului, interpretarea dreptului, răspunderea juridică, realizarea dreptului etc. teoria generală a statului și dreptului coroborată cu alte științe privind societatea, proiectează lumină în realizarea descifrării existenței și cunoașterii valorilor sociale.

Ca finalitate a studierii disciplinei studentul trebuie să fie capabil să efectueze o analiză aspectelor generale și esențiale ale dreptului, problemelor științei și metodologiei dreptului, dreptul și problemele dezvoltării sociale, reliefaarea legităților sociale ale apariției, dezvoltării și transformării dreptului, a esenței conținutului și formelor dreptului pe baza cărora se elaborează definițiile, conceptele și categoriile generale, care au o însemnătate principială pentru dezvoltarea și cercetarea celorlalte științe juridice.

Studiind disciplina dată, studentul trebuie să cunoască esența și evoluția dreptului, metodele de cercetare științifică a fenomenului juridic, locul realității juridice în cadrul realității sociale, conceptele de norme juridice, raport juridic, elaborarea, realizarea și interpretarea normelor juridice răspunderea juridică în caz de nerespectare a normelor, locul TGSD în sistemul științelor juridice, limbajul și terminologia dreptului.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe generice:

Cunoașterea și înțelegerea conceptelor și teoriilor de bază din domeniul securității
 Utilizarea cunoștințelor de bază pentru explicarea și interpretarea diverselor categorii de concepte, noțiuni și teorii din domeniul securității
 Creativitate, inovare și comunicare

Competențe specifice:

Autonomie și responsabilitate
 Interacțiune socială
 Dezvoltare personală și profesională

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere și înțelegere studenții trebuie:

- să înțeleagă noțiunile de stat, puterii de stat, societate, drept, realizarea dreptului, norma juridică, interpretarea dreptului, răspunderea juridică.
- să cunoască sistemul organelor de drept.

II. La nivel de aplicare:

- să identifice materia ce cuprinde noțiunile și elementele de bază ale ramurilor și instituțiilor de

drept, principiile ce stau la baza conceptelor de stat și drept, elementele ce stau la baza divizării dreptului în drept public și privat.

- să identifice coraportul acțiunilor organelor de drept în menținerea ordinii publice și securității statului.

III. La nivel de integrare:

- să utilizeze în mod liber terminologia juridică profesională și să se exprime cursiv și concis.

- să aprecieze și să contureze valorile de baza ale dreptului;

- să utilizeze în activitatea practică metodologia cercetării științifice a dreptului;

- să proiecteze mecanisme de exercitare a puterii statale bazate pe fundamente teoretico-juridice;

Precondiții

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Sistemul științelor juridice		1	1	1	1			2	5
2.	Metodologia dreptului		1		1				2	5
3.	Conceptul dreptului		2		2				4	5
4.	Dreptul și statul		2		2				4	5
5.	Principiile și funcțiile dreptului		1		1				2	5
6.	Dreptul în sistemul reglementării sociale		1		1				2	5
7.	Norma juridică		2	1	2	1			4	5
8.	Acțiunea normelor juridice în timp, spațiu și asupra persoanei		2		2				4	5
9.	Izvoarele dreptului		2	1	2	1			4	5
10.	Raportul juridic		2	1	2	1			4	5
11.	Sistemul dreptului		2		2				4	5
12.	Tehnica elaborării dreptului		2	1	2	1			4	5
13.	Tehnica realizării dreptului		2	1	2	1			4	5
14.	Tehnica interpretării normelor juridice		2		2				4	5

15.	Teoria răspunderii juridice		2	1	2	1			4 10
16.	Sistemul instanțelor judecătorești		2	1	2	1			4 10
17.	Organele procuraturii		2	1	2	1			4 10
18.	Poliția și organele de securitate		2	1	2	1			4 10
TOTAL			30	10	30	10			60 100

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Sistemul științelor juridice

- Considerații privind rolul științei. Cunoaștere și limbaj în științele juridice.
- Sistemul științelor juridice (dreptului).
- Caracteristica generală a T.G.D. ca știință și disciplină didactică.
- Obiectul de studiu al T.G.D. Rolul și locul T.G.D. în sistemul științei dreptului.
- Raporturile T.G.D. cu alte științe, Funcțiile Teoriei generale a dreptului. Rolul și importanța juristului în societate.

Tema 2. Metodologia dreptului

- Conceptul de metodă și metodologie juridică;
- Istoria și importanța metodologiei în studierea dreptului;
- Metode și tehnici de reflectare în științele juridice;
- Metodele de cercetare a fenomenului juridic.

Tema 3. Conceptul dreptului

- Dreptul – instituție și concept.
- Panorama complexă a dreptului.
- Factorii de configurare a dreptului.
- Esența, conținutul și forma dreptului.
- Definiții ale dreptului.

Tema 4. Dreptul și statul

- Conceptul statului (caracteristicile sale esențiale).
- Mecanismul de stat și organizarea politică a societății.
- Conceptul și elementele formei de stat. Forma de guvernământ.

Tema 5: Principiile și funcțiile dreptului

- Noțiunea de principii generale ale dreptului.
- Prezentarea analitică a principiilor generale ale dreptului.
- Noțiunea de funcții ale dreptului.
- Prezentarea analitică a funcțiilor dreptului.

Tema 6: Dreptul în sistemul reglementării sociale

- Norma și societatea.
- Sistemul normelor din societate.
- Norme sociale și norme tehnice.
- Principalele tipuri de norme sociale din perspectiva juridică

Tema 7: Norma juridică

- Conceptul de normă juridică și trăsăturile ei.
- Structura normei juridice.
- Clasificarea normelor juridice.

Tema 8: Acțiunea normelor juridice în timp, spațiu și asupra persoanei

- Acțiunea normei juridice în timp.
- Acțiunea normei juridice în spațiu;
- Acțiunea normei juridice asupra persoanelor.

Tema 9: Izvoarele dreptului

- Conceptul de izvor al dreptului.
- Clasificarea izvoarelor formale ale dreptului.

Tema 10: Raportul juridic în teoria dreptului

- Conceptul raportului juridic.
- Elementele de structură ale raportului juridic.
- Particularități ale raporturilor juridice de ramură.

Tema 11: Sistemul dreptului

- Conceptul sistemului de drept.
- Criterii de delimitare a dreptului în ramuri și instituții juridice.
- Ramura de drept și instituțiile juridice.
- Ramurile dreptului contemporan și ale dreptului Republicii Moldova

Tema 12: Tehnica elaborării dreptului

- Tehnica juridică și tehnica legislativă.
- Principiile (cerințele) procesului de elaborare a dreptului.
- Părțile constitutive și structura internă a actelor normative.
- Tehnica sistematizării actelor normative.

Tema 13: Tehnica realizării dreptului

- Conceptul realizării dreptului.
- Formele realizării dreptului.
- Aplicarea dreptului de către organele competente.

Tema 14: Tehnica interpretării normelor juridice

- Considerațiuni generale privind noțiunea, necesitatea, obiectul și scopul interpretării.
- Formele de interpretare a normelor de drept. Interpretarea oficială.
- Metodele de interpretare a normelor juridice.

Tema 15: Teoria răspunderii juridice

- Conceptul răspunderii juridice.
- Principiile răspunderii juridice.
- Funcțiile răspunderii juridice.
- Temeiul și condițiile răspunderii juridice.
- Formele răspunderii juridice

Tema 16: Sistemul instanțelor judecătorești

- Reglementarea normativă a activității instanțelor judiciare;
- Structura instanțelor de judecată în Republica Moldova;
- Locul și rolul Consiliului Superior al Magistraturii;

Tema 17: Organele procuraturii

- Reglementarea normativă a activității organelor procuraturii;
- Structura organelor de procuratură în Republica Moldova;
- Locul și rolul Consiliului Superior al Procurorilor.

Tema 18: Poliția și organele de securitate

- Reglementarea normativă a activității MAI și SIS;
- Structura organelor MAI și SIS;

- Locul și rolul organelor MAI și SIS în asigurarea ordinii publice și securității statului.

Strategii de evaluare

Evaluarea curentă și finală: testul și examenul

Conform actelor normative ale Republicii Moldova care reglementează procesul de studiu în învățământul universitar, studentul este supus examinării. În acest sens, cadrele didactice folosesc mai multe forme de evaluare academică a cunoștințelor acumulate de discipolii lor pe parcursul anului de studii. Atât testările, cât și examenele cer de la studenți o pregătire sistematică, minuțioasă și oportună. Cele mai răspândite forme de evaluare a cunoștințelor studenților sunt: testul și examenul.

Testul la T.G.D., realizat în formă scrisă sau orală, presupune verificarea cunoștințelor pe module (blocuri) didactice, care sunt însușite de studenți într-o scurtă perioadă de timp. Periodicitatea testărilor depinde de numărul orelor de curs. Cadrul didactic indică din timp temele și subiectele pentru testare.

Examenul la T.G.D. se susține după studierea întregului curs. Examenul este realizat în baza biletelor, în scris sau verbal. Subiectele pentru evaluarea examinațională le sunt oferite studenților fie la începutul cursului, fie cu cel puțin o lună înainte sesiunii. Cunoștințele se apreciază în baza sistemului de 10 puncte. În timpul pregătirii pentru răspunsul la examen, studenții pot să folosească de programul cursului. Nota Bene! De regulă, nota finală constituie media reușitei studentului pe parcursul perioadei studiului Teoriei Generale a Dreptului și este compusă din : media reușitei la seminare; media notelor la testările curente; nota de examen și coeficientul frecvenței la orele teoretice și practice ale cursului. La evaluarea finală se ține cont și de calitatea conspectelor.

Algoritm de calculare a notei la examen.

Pentru un scor total de 100%, răspunsul la prima întrebare teoretică va constitui 30%, la a doua întrebare teoretică – 30 %, la a treia întrebare care vizează analiza unei școli sau curent juridic – 40 %.

- 100% - nota „zece”,
- 90% - nota „nouă”,
- 80% - nota „opt”,
- 70% - nota „șapte”,
- 60% - nota „șase”,
- 50% - nota „cinci”,
- 40% - nota „patru”,
- 30% - nota „trei”,
- 20% - nota „doi”,
- 10% - nota „unu”.

Explicarea procentajului pe parametri:

Evaluarea competențelor gnoseologice la întrebarea teoretică:

- Expunerea logică și consecventă a materialului din program – 30 %;
- Argumentarea opiniilor științifice cu referințe la operele doctrinare – 30%;
- Utilizarea propriilor argumente în baza cercetărilor individuale, cu formularea unor concluzii originale – 30%;
- Nivelul lingvistic la expunerii (utilizarea corectă a terminologiei juridice, stilul etc.) – 10%.

Evaluarea competențelor praxiologice la subiectul trei:

- Corectitudinea analizei esenței subiectului abordat – 65%;
- Argumentarea textuală a soluției obținute – 15%;
- Originalitatea analizei – 20%.

Bibliografie

Acte normative:

1. LEGE Nr. 947 din 19.07.1996 cu privire la Consiliul Superior al Magistraturii. În: Monitorul Oficial Nr. 186-188 din 2.08.2003.
2. LEGE Nr. 514 din 06.07.1995 privind organizarea judecătorească. În: Monitorul Oficial Nr. 58 din 19.10.1995.
3. LEGE Nr. 294 din 25.12.2008 cu privire la Procuratură. În: Monitorul Oficial Nr. 55-56 din 17.03.2009.
4. LEGE Nr. 320 din 27.12.2012 cu privire la activitatea Poliției și statutul polițistului. În: Monitorul Oficial Nr. 42-47 din 01.03.2013.
5. L E G E Nr.753-XIV din 23.12.99 privind Serviciul de Informații și Securitate al Republicii Moldova. În: Monitorul Oficial al R. Moldova nr.156/764 din 31.12.1999.

Bibliografie obligatorie:

1. Baltag D. Teoria generală a dreptului. Curs universitar. Ediție revăzută și actualizată. Chișinău: Ed. Tipografia Centrală, 2013. 536 p.
2. Negru B. Teoria generală a dreptului și statului. Chișinău: Bons Offices, 2006. 520 p.

Bibliografie suplimentară:

1. Avornic Gh. Tratat de teoria generală a statului și dreptului. În 2 volume. Chișinău: Tipografia Centrală, 2009. Vol. I. - 440 p.; Vol. II. 577 p.
2. Întrebări grilă - Teoria generală a dreptului
<http://ru.scribd.com/doc/26682735/Intrebari-grila-teoria-general-a-dreptului>
3. Popa N. Teoria generală a dreptului. București: All Beck, 2005. 393 p.
4. Programa analitică la disciplina Teoria generală a dreptului (desfășurată)
<http://drept.ulim.md/assets/files/programe%20analitice/Teoria%20general-a%20dreptului.pdf>
5. Voicu C. Teoria generală a dreptului. Curs universitar. București: Universul juridic, 2009. 373 p.

Link-uri utile:

1. Academia de Știință a Moldovei - www.asm.md
2. Biblioteca virtuală Legalis - www.legalis.ro
3. Curtea Constituțională a RM - www.constcourt.md
4. Curtea Supremă de Justiție - www.LEX.justice.md
5. Legislația RM - www.justice.md
6. LEXMD (www.lex.md)
7. Ministerul justiției - www.justice.gov.md



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Drept constituțional / Protecția juridică a drepturilor omului
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Guțu Alexei
Cadre didactice responsabile	Guțu Alexei
e-mail:	alexeigutu@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F 01 O. 002	4	1	1	120	60	20	60	100

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Dreptul constituțional reprezintă o disciplină fundamentală a dreptului care trebuie să fie cunoscută temeinic de juriști, indiferent de domeniul în care se specializează, fie ei angajați ai agențiilor de protecție, pază și securitate a bunurilor și ale persoanelor sau funcționari publici în diferite instituții ale statului și a autorităților publice locale etc.

Cursul „Drept constituțional” oferă studenților anului I posibilitatea de a însuși fundamentele științifice ale teoriei generale ale întregului sistem politic și ale mecanismelor de guvernare a statului. Noțiunile însușite urmează a fi dezvoltate în anii următori la disciplinele de specialitate. Experiența ne-a demonstrat că însușirea insuficientă a prezentei discipline face ca studenții, absolvenții, angajații din domeniile prestării serviciilor de securitate atât în instituțiile publice cât și cele private, să nu se orienteze cu ușurință în ceea ce privește modul de organizare și funcționare a puterii de stat, să nu înțeleagă lucruri elementare referitoare la problemele organizării statale a puterii, la organizarea și funcționarea autorităților publice, mecanismele naționale și internaționale de protecție a drepturilor și libertăților fundamentale.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe transversale:

- Capacitate de analiză și sinteză
- Capacitatea de a soluționa probleme și de a lua decizii
- Abordare pluridisciplinară a fenomenelor politico-juridice
- Capacitatea de evaluare și autoevaluare și de conștientizare a nevoii de formare profesională continuă, prin valorificarea oportunităților de identificare și asimilare de noi cunoștințe în domeniu;
- Capacitatea de a avea un comportament etic și de respectare a regulilor deontologiei profesionale.

Competențe profesionale:

- Reflecția critică și capacitatea de evaluare a situațiilor concrete sub forma judecăților de valoare;
- Aplicarea și transferul abilităților conceptual-tehnice și rezolvarea de probleme în domeniul dreptului constituțional;
- Demonstrarea abilităților de analiză critic-constructivă a conceptelor, abordărilor, teoriilor, modelelor și metodelor de bază sub forma judecăților constatative ale dreptului constituțional;
- Utilizarea cunoștințelor pentru a activa în instituțiile cu competențe în domeniul dreptului constituțional și aplicarea practică a cunoștințelor acumulate;
- Utilizarea adecvată de criterii și metode standard de evaluare, pentru a fi în măsură să explice și să interpreteze procese, programe, proiecte, concepte, metode și teorii specifice dreptului constituțional în contextul internațional și european;
- Aplicarea unor deprinderi de inovare și creație originală pentru elaborarea unor proiecte profesionale în domeniul dreptului constituțional.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- Însușirea noțiunilor de bază cu privire la teoria Constituției;
- Înțelegerea corelației dintre Constituție și celelalte izvoare de drept;
- Însușirea noțiunilor de bază cu privire la drepturile fundamentale ale cetățenilor;
- Însușirea mecanismelor naționale și internaționale de protecție a drepturilor și libertăților fundamentale.

II. La nivel de aplicare

- Corelarea normelor generale cu normele speciale din domeniul funcționării instituțiilor statului și a protecției drepturilor omului;
- Corelarea cunoștințelor teoretice cu abilitatea de a le aplica în practică.

III. La nivel de integrare

- Înțelegerea importanței Dreptului constituțional și a Protecției juridice a drepturilor omului pentru securitatea și ordinea din societate;
- Implementarea ideii de necesitate a promovării și respectării legalității și supremației Constituției;
- Promovarea și realizarea regulilor de deontologie profesională din domeniul securității civile și publice;
- Manifestarea unei atitudini responsabile față de perfecționarea și pregătirea continuă, reieșind din caracterul dinamic al legislației, în general, și al celei din domeniul securității civile și publice, în particular.

Precondiții

Repartizarea orelor de curs										
№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Dreptul constituțional – ramură de bază a sistemului de drept al Republicii Moldova	8	2	1	2	1			4	6
2.	Teoria generală a statului	8	2		2				4	6
3.	Teoria constituției	8	2	1	2	1			4	6
4.	Controlul constituționalității legilor	7	2		2				3	5
5.	Cetățenia Republicii Moldova	8	2	1	2	1			4	6
6.	Drepturile, libertățile și îndatoririle fundamentale ale cetățenilor	8	2		2				4	6
7.	Sistemul electoral din Republica Moldova	8	2	1	2	1			4	6
8.	Parlamentul Republicii Moldova – organ reprezentativ	8	2	1	2	1			4	6
9.	Președintele Republicii Moldova	7	2	1	2				3	5
10.	Guvernul Republicii Moldova	8	2	1	2				4	6
11.	Autoritățile judecătorești	8	2	1	2	1			4	6
12.	Administrația publică locală	7	2	1	2				3	6
13.	Considerații generale privind Protecția Juridică a Drepturilor Omului	5	1	1	1	1			3	6
14.	Protecția internațională a drepturilor omului prin reglementări juridice	5	1	1	1				3	6
15.	Protecția drepturilor omului în cadrul unor organizații internaționale și regionale	7	2		2				3	6
16.	Protecția drepturilor și libertăților fundamentale ale omului în Republica Moldova prin instituții juridice, organe și structuri	5	1	1	1	1			3	6
17.	Tendințele evoluționiste ale Protecției Juridice a Drepturilor Omului și a libertăților fundamentale	5	1		1				3	6
TOTAL		120	30	12	30	8			60	100

Conținutul unităților de curs
<p>Tema 1. Dreptul constituțional – ramură de bază a sistemului de drept al Republicii Moldova</p> <ol style="list-style-type: none"> Definiția dreptului constituțional Obiectul dreptului constituțional Noțiunea și trăsăturile caracteristice ale normei de drept constituțional Raporturile de drept constituțional Subiectele raporturilor de drept constituțional Izvoarele dreptului constituțional <p>Tema 2. Teoria generală a statului</p> <ol style="list-style-type: none"> Conceptul statului. Mecanismul de stat și organizarea politică a societății. Conceptul formei de stat. Forma de guvernământ.

5. Structura de stat.
6. Regimul politic.

Tema 3. Teoria constituției

1. Originea constituționalismului în R.M. și etapele dezvoltării sale
2. Noțiunea de constituție
3. Difuzarea constituției
4. Clasificarea constituțiilor
5. Elaborarea, adoptarea, revizuirea, suspendarea și abrogarea constituției
6. Conținutul normativ al constituției

Tema 4. Controlul constituționalității legilor

1. Istoria dezvoltării controlului constituționalității legilor
2. Noțiunea, importanța și necesitatea controlului constituționalității legilor
3. Formele de realizare a controlului constituționalității legilor
4. Controlul constituționalității legilor în Republica Moldova

Tema 5. Cetățenia Republicii Moldova

1. Noțiunea de cetățenie
2. Principiile cetățeniei
3. Modurile de dobândire a cetățeniei
4. Modurile de pierdere a cetățeniei
5. Statutul juridic a cetățenilor străini și apatrizilor

Tema 6. Drepturile, libertățile și îndatoririle fundamentale ale cetățenilor

1. Noțiunile de drepturi și îndatoriri fundamentale ale cetățenilor
2. Natura juridică a drepturilor fundamentale
3. Principiile aplicabile drepturilor și libertăților fundamentale
4. Corelația dintre reglementările interne și cele internaționale privind drepturile fundamentale ale omului și cetățeanului
5. Clasificarea drepturilor și libertăților fundamentale

Tema 7. Sistemul electoral din Republica Moldova

1. Formele de exercitare a suveranității
2. Principiile dreptului electoral
3. Tipuri de sisteme electorale
4. Organizarea și desfășurarea alegerilor

Tema 8. Parlamentul Republicii Moldova – organ reprezentativ

1. Noțiunea de drept parlamentar și principiile dreptului parlamentar
2. Natura juridică a mandatului parlamentar
3. Structura parlamentului Republicii Moldova
4. Funcționarea parlamentului Republicii Moldova
5. Funcțiile parlamentului Republicii Moldova
6. Actele parlamentului Republicii Moldova

Tema 9. Președintele Republicii Moldova

1. Considerațiuni generale cu privire la șeful statului
2. Desemnarea Președintelui Republicii Moldova
3. Încetarea în funcție a Președintelui Republicii Moldova
4. Funcțiile Președintelui Republicii Moldova
5. Atribuțiile Președintelui Republicii Moldova
6. Demiterea, vacanța și interimatul funcției de Președinte al R. M.
7. Asigurarea activității Președintelui Republicii Moldova
8. Actele Președintelui Republicii Moldova

Tema 10. Guvernul Republicii Moldova

1. Rolul și locul Guvernului în sistemul autorităților publice
2. Modul de investire și structura Guvernului
3. Atribuțiile Guvernului Republicii Moldova
4. Organizarea activității și actele Guvernului
5. Responsabilitatea Guvernului și a membrilor lui

Tema 11. Autoritățile judecătorești

1. Conceptul puterii judecătorești și locul ei în organizarea statului
2. Principiile de organizare și realizare a puterii judecătorești
3. Sistemul judecătoresc din Republica Moldova
4. Statutul judecătorilor. Numirea și avansarea lor în funcție

Tema 12. Administrația publică locală

1. Conceptul de administrare publică locală
2. Principiile de bază ale administrației publice locale
3. Sistemul organelor administrației publice locale

Tema 13. Considerații generale privind Protecția Juridică a Drepturilor Omului

1. Scurt istoric privind formarea conceptului drepturilor omului și libertăților fundamentale.
2. Concepția disciplinei „Protecția Juridică a Drepturilor Omului”
3. Caracteristicile (trăsăturile) Protecției Juridice a drepturilor Omului.

Tema 14. Protecția internațională a drepturilor omului prin reglementări juridice

1. Documente internaționale universale referitoare la drepturile omului.
2. Documente internaționale cu caracter universal referitoare la anumite drepturi ale omului.
3. Documente internaționale regionale referitoare la drepturile omului.

Tema 15. Protecția drepturilor omului în cadrul unor organizații internaționale și regionale

1. Protecția drepturilor omului prin structuri și mecanisme în cadrul O.N.U.
2. Protecția drepturilor omului prin structuri și mecanisme regionale.
3. Protecția drepturilor omului prin organizații neguvernamentale.
4. Curtea Europeană a Drepturilor Omului (CEDO).

Tema 16. Protecția drepturilor și libertăților fundamentale ale omului în Republica Moldova prin instituții juridice, organe și structuri

1. Mecanismul juridic intern de consacrare și protecție a drepturilor omului. Componente și

- caracteristicile organelor.
- 2. Rolul Parlamentului în consacrarea și protecția drepturilor omului.
- 3. Rolul executivului.
- 4. Rolul instanțelor judecătorești.
- 5. Rolul Avocatului Poporului (Ombudsmanului)

Tema 17. Tendințele evoluționiste ale Protecției Juridice a drepturilor Omului și a libertăților fundamentale

- 1. Direcțiile principale de evoluție.
 - a) De la drepturile individului – la drepturile persoanei;
 - b) De la drepturile absolute la drepturile relative;
 - c) De la libertăți la creanțe.
- 2. Sursele evoluției.
 - a) Teoria iacobină;
 - b) Marxismul;
 - c) Gândirea economică contemporană
- 3. Caracteristica izvoarelor formale ale dreptului.
- 4. Izvoarele dreptului la etapa contemporană.

Strategii de evaluare

EVALUAREA DISCIPLINEI

- 1. Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea referatelor, testelor, analiza studiilor de caz, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului.
Pe parcursul semestrului se organizează 2 lucrări de control (testări), cum ar fi:

Lucrare

1. Teoria constituției

- 1. Dezvăluți originea constituționalismului în Republica Moldova și etapele dezvoltării sale.
- 2. Definiți noțiunea de constituție.
- 3. Explicați procedeele de: elaborare, adoptare, revizuire, suspendare și abrogare a constituției.
- 4. Care este conținutul normativ al constituției?

2. Controlul constituționalității legilor

- 1. Dezvăluți evoluția dezvoltării controlului constituționalității legilor.
- 2. Definiți noțiunea, importanța și necesitatea controlului constituționalității legilor.
- 3. Prezentați formele de realizare a controlului constituționalității legilor
- 4. Explicați trăsăturile caracteristice ale controlului constituționalității legilor în Republica Moldova.

- 2. Evaluarea sumară se va realiza luându-se în considerație evaluările curente (ponderea de 0,6) și evaluarea finală (0,4) care se va materializa într-un examen scris incluzând subiecte componente ale cursului, cum ar fi:

Testul nr. 1

Subiectul 1. Elaborarea, adoptarea, revizuirea, suspendarea și abrogarea constituției

- 1.1. Definiți noțiunile: elaborarea, adoptarea, revizuirea, suspendarea și abrogarea constituției. (10 puncte)
- 1.2. Clasificați constituțiile în funcție de modul lor de adoptare. (15 puncte)
- 1.3. Analizați formele de revizuire a constituției. (25 puncte)

Subiectul 2. Actele Președintelui Republicii Moldova

- 2.1. Definiți noțiunea de act juridic. (10 puncte)
- 2.2. Stabiliți actele Președintelui Republicii Moldova. (15 puncte)
- 2.3. Analizați actele Președintelui Republicii Moldova. (25 puncte)

Puncte	0-30	31-40	41-50	51-60	61-65	66-70	71-80	81-90	91-100
Nota	1-2	3	4	5	6	7	8	9	10

Bibliografie**a) ACTE NORMATIVE INTERNAȚIONALE:**

- Statutul Organizației Națiunilor Unite din 26.06.1945. *Tratate internaționale*, 2001, volumul 26, pag.5 (În vigoare pentru Republica Moldova din 02.03.1992).
- Declarația Universală a Drepturilor Omului, adoptată de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la 10.12.1948. *Tratate internaționale*, 1998, volumul, pag.11 (Aderat la Declarație prin Hotărârea Parlamentului nr.217- XII din 208.07.1990).
- Pactul Internațional cu privire la drepturile civile și politice din 16.12.1966 și protocoalele sale facultative. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag 30. (În vigoare pentru Republica Moldova din 26.0.4.1993).
- Pactul Internațional cu privire la drepturile economice, sociale și culturale din 16.12.1966. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 18 (În vigoare pentru Republica Moldova din 26.0.4.1993).
- Convenția Europeană pentru apărarea drepturilor omului și a libertăților fundamentale din 04.11.1950. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 34 (În vigoare pentru Republica Moldova din 12.09.1997).
- Convenția Internațională pentru prevenirea și reprimarea crimei de genocid din 09.12.1948. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 100 (În vigoare pentru Republica Moldova din 26.04.1993).
- Convenția internațională privind eliminarea tuturor formelor de discriminare rasială din 21.12.1965. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 77 (În vigoare pentru Republica Moldova din 25.02.1993).
- Convenția Internațională asupra drepturilor politice ale femeii din 20.12.1952. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 73 (În vigoare pentru Republica Moldova din 26.04.1993).
- Convenția internațională asupra eliminării tuturor formelor de discriminare față de femei din 18.12.1979. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 114 (În vigoare pentru Republica Moldova din 31.07.1994).
- Convenția asupra cetățeniei femeii căsătorite din 29.01.1957.
- Convenția privind statutul persoanelor apatride din 28.09.1954.
- Convenția privind reducerea apatridiei din 30.08.1961.
- Convenția privind statutul refugiaților din 28.07.1951. (Aderat prin Legea nr.677-XIV din 23.11.2001)
- Convenția Internațională împotriva torturii și altor pedepse ori tratamente cu cruzime, inumane sau degradante din 10.12.1984. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 129 (În vigoare pentru Republica Moldova din 28.12.1995).
- Convenția Internațională cu privire la drepturile copilului din 20.11.1989. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 51 (În vigoare pentru Republica Moldova din 25.02.1993).
- Declarația privind drepturile invalizilor din 09.12.1975.
- Convenția Internațională privind apărarea drepturilor tuturor muncitorilor migranți și a membrilor familiilor acestora din 18.12.1990.
- Convenția Internațională privind abolirea muncii forțate din 25.06.1957. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 91 (În vigoare pentru Republica Moldova din 10.03.1991).
- Actul Final de la Helsinki al Conferinței pentru Securitate și Cooperare în Europa din 01.08.1975.
- Carta de la Paris pentru o Nouă Europă din 21.11.1990. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag. 304.
- Statutul Consiliului Europei din 05.05.1949. *Tratate internaționale*, 1999, volumul 9, pag.190 (În vigoare pentru Republica Moldova din 13.07.1995).
- Convenția europeană cu privire la extrădare din 13.12.1957. *Tratate internaționale*, 1998, volumul 1, pag.318 (În vigoare pentru Republica Moldova din 31.12.1997).

23. Carta Socială Europeană din 18.10.1961.(*Ratificata prin Legea nr.484-XV din 28.09.2001*)
24. Convenția europeană pentru prevenirea torturii și a pedepselor sau tratamentelor inumane sau degradante din 26.11.1987. *Tratate internaționale,1998, volumul1, pag.331 (În vigoare pentru Republica Moldova din 01.02.1998).*
25. Convenția-cadru privind apărarea minorităților naționale din 18.04.1995. *Tratate internaționale,2001, volumul26, pag.93 (În vigoare pentru Republica Moldova din 01.02.1995).*
26. Convenția europeană cu privire la cetățenie din 06.11.1997.*Tratate internaționale, 2001, volumul26, pag.190 (În vigoare pentru Republica Moldova din 01.03.1990).*
27. Convenția Americană privind drepturile omului din 22.11.1969.
28. Carta Africană a drepturilor omului și popoarelor din 26.06.1981.

b) ACTE NORMATIVE NAȚIONALE:

1. Constituția Republicii Moldova, adoptată la 29 iulie 1994, în vigoare de la 27 august 1994.
1. Codul Electoral adoptat prin Legea nr. 1381-XIII din 21 noiembrie 1997 (Monitorul Oficial al Republicii Moldova din 8 decembrie 1997, nr. 81, art. 667).
2. Codul jurisdicției constituționale adoptat la 16 iunie 1995;
3. Legea cu privire la Consiliul Superior al Magistraturii adoptată la 19 iulie 1996;
4. Legea cu privire la Curtea Supremă de Justiție adoptată la 26 martie 1996;
5. Legea cu privire la Guvernul Republicii Moldova adoptată la 07 iulie 2017;
6. Legea pentru adoptarea Regulamentului Parlamentului adoptată la 2 aprilie 1996;
7. Legea privind asigurarea activității Președintelui adoptată 20 februarie 1997;
8. Legea privind investitura Președintelui Republicii Moldova adoptată la 27 decembrie 1996;
9. Legea privind organizarea judecătorească adoptată la 6 iulie 1995;
10. Legea cu privire la activitatea Poliției și statutul polițistului adoptată la 27 decembrie 2012.
11. Legea privind partidele politice adoptată la 21 decembrie 2007.
12. Legea privind cultele religioase și părțile lor componente adoptată la 11 mai 2007.
13. Legea cu privire la petiționare adoptată la 19 iulie 1994.
14. Legea privind regimul străinilor în Republica Moldova adoptată la 16 iulie 2010.
15. Codul Educației al Republicii Moldova adoptat la 17 iulie 2014.
16. Legea privind întrunirile adoptată la 22.02.2008.
17. Legea nr.86 din 11 iunie2020 *cu privire la organizațiile necomerciale.*
18. Legea cu privire la avocatul poporului adoptată la 03.04.2014.
19. Legea *contenciosului administrativ* nr.793-XIV din 10 februarie 2000 (Monitorul Oficial al Republicii Moldova din 18mai 2000, nr. 57-58, art. 375).
20. Legea *privind accesul la informație* nr. 982-XIV din 11 mai 2000 (Monitorul Oficial al Republicii Moldova din 28 iulie 2000, nr. 88-90).
21. Legea *cetățeniei Republicii Moldova* nr. 1024-XIV din 2 iunie 2000 (Monitorul Oficial al Republicii Moldova din 10 august 2000, nr. 98-101, art. 709).

c) MANUALE, MONOGRAFII:

1. Alexandru Ioan, *Administrația publică în România*, Editura Lumina Lex, București, 1999.
2. Aramă Elena: *Controlul constituționalității legilor: istorie și contemporaneitate*. Editura Museum, Chișinău, 2000.
3. Aristotel, *Politica*, București, 1998, cartea a 3-a, cap. 5.
4. Arseni Alexandru, *Drept constituțional și instituții politice*, Chișinău, 1997;
5. Arseni Alexandru, Ion Creangă, Corneliu Gurin, Boris Negru, Pavel Barbălat, Mihai Cotorobai, Gheorghe Susarenco: *Constituția Republicii Moldova comentată articol cu articol*. Editura CIVITAS, Chișinău, 2000.
6. Arseni Alexandru, Leontie Suholitco, *Cetățenia – o nouă viziune și reglementare europeană*, Editura Litera, Chișinău, 2002.
7. Bantuș Igor– *Drept constituțional în scheme*, Chișinău, 2004;
8. Berger V., *Jurisprudența Curții Europene a Drepturilor Omului*, București, 1998.
9. Bianca Selejan-Gutan,*Drept constituțional și instituții politice*, Editura Hamangiu, București, 2008.
10. Buerenthal T., Weber R., *Dreptul internațional al drepturilor omului*, București, 1996.
11. Busuioc Ioan – *Dicționar de drept constituțional și administrativ*, București 1978;
12. Cârnaț T., *Protecția juridică a drepturilor omului*, Chișinău, 2003.
13. Ciobanu Ion, Mihaela Kruglițki, *Note de curs la “Drept Constituțional al Republicii Moldova”*, publicate pe platforma universitară – Moodle.
14. Ciobanu Ion, *Regimul juridic al organizării și funcționării partidelor politice în Republica Moldova. Aspecte politico-juridice comparate*, Editura Print-Caro, Chișinău, 2013.
15. Cîrnaț Teodor, *Drept constituțional*, Reclama, Chișinău 2004.

16. Cloșcă I., Suceava I., *Tratat de drepturile omului*, Editura Europa Nova, București, 1995.
17. Cobăneanu S., Cârnaț T., *Instituția avocatului parlamentar din Republica Moldova*, Editura USM, Chișinău, 2002.
18. Cobăneanu Sergiu, Elena Bobeica, Viorel Rusu, *Drept administrativ*, Editura, Î.S. F.E.-P, "Tipografia centrală", Chișinău 2012.
19. Colectiv de autori, *Quo vadis Moldova*, Administrația publică. Editura TACIS, Chișinău, 2002.
20. Costachi Gheorghe, Guceac Ion I. *Fenomenul constituționalismului în evoluția Republicii Moldova spre statul de drept*, Chișinău, Tipografia Centrală, 2003.
21. Daniel Mihai Dragnea, Eremia Mihail-Constantin, *Introducere în dreptul constituțional*, Editura Hamangiu, București, 2007.
22. Dănișor Dan Claudiu. *Drept constituțională și instituții politice*, Editura Universitaria, București, 1998.
23. Dănișor Dan Claudiu. *Drept constituțională și instituții politice*, Editura C.H. Beck, București, 2007.
24. Deaconu Ștefan, Elena Simina Tănăsescu, *Drept constituțional și instituții politice. Caiet de seminarii*. Editura C.H. Beck, București, 2002.
25. Deddasch Ch., Bourdon J., Pontier J.M., Ricci J.C., *Droit constitutionnel et institutions politiques*, Economica, Paris, 1983.
26. Deleanu I., *Dreptul Constituțional și instituții politice*, Vol. II., București, 1998.
27. Deleanu Ion, *Instituții și proceduri constituționale*, Editura C.H. Beck, București, 2006.
28. Deleanu Ion, *Instituții și proceduri constituționale*, Editura Servo-Sat, Arad 2001.
29. Deleanu Ion, *Justiția constituțională*, Editura Lumina Lex, București, 1995.
30. Deleanu Ion: *Drept constituțional și instituții politice*, Editura: Europa Nova, București, 1996, vol. I-II.
31. Diaconu I., *Drepturile omului în dreptul internațional contemporan*, Editura Lumina Lex, București, 2001.
32. Dogaru I., Dănișor D-C. *Drepturile și libertățile publice.*, Chișinău, Ed. Zamolxe, 1998.
33. Dogaru Ion, Dănișor Dan Claudiu – *Drepturile omului și libertățile publice*, Chișinău 1998;
34. Dolea I., Zaharia V. Hanganu S., *Justiția penală și drepturile omului: Cercetare sociologică*, Institutul de Reforme
35. Drăganu T., *Drept constituțional și instituții politice*, Vol. I., București, Ed. Lumina Lex, 1998.
36. Drăganu Tudor – *Drept constituțional și instituții politice*, *Tratat elementar*, Vol.II, Lumina lex, București, 2000;
37. Drăganu Tudor: *Drept constituțional și instituții politice*, Editura: Lumina Lex, București, 1998, vol. I-II.
38. *Drepturile Omului*, București, 1996.
39. *Drepturile omului. Documente adoptate de Organizații Internaționale*, Chișinău, 1995.
40. Duculescu V., Duculescu G., *Justiția Europeană: mecanisme, deziderate și perspective*, București, Ed. Lumina Lex,
41. Duculescu V., *Protecția juridică a drepturilor omului: mijloacele interne și internaționale*, Editura Lumina Lex,
42. Duculescu Victor, Consanța Călinoiu, *Drept constituțional și instituții politice*, Editura: Lumina Lex, București, 2010,
43. Gabriela Frențiu, *Drept constituțional. Note de curs*. Editura Universul Juridic, București, 2009.
44. Gheorghe Gheorghe, *Separarea puterilor în stat, Teorie și realitate*. Editura Știința, București, 1976.
45. Gherman Deonisie, *Despre Democrație. Unitatea Ordine-Librtate: un conflict între deziderat și realizare*, Dacia, Cluj-Napoca, 1996.
46. Gilia Claudia, *Manual de drept constituțional și instituții politice. Sistemul constituțional românesc*, Editura Hamangiu, București, 2010.
47. Gomien D., *Introducere în Convenția Europeană a Drepturilor Omului*, Strasbourg, 2000.
48. Goriuc Silvia, *Drept Constituțional al Republicii Moldova. Scheme și culegeri de acte normative cu modificări și completări până în septembrie 2010*. Editura «Elena – V.I.» SRL, Chișinău, 2011.
49. Guceac Ion– *Curs elementar de drept constituțional*, Vol. II, Chișinău, 2004;
50. Guceac Ion, *Constituția la răscruce de milenii*, Chișinău 2013;
51. Guceac Ion, *Curs elementar de drept constituțional*, Chișinău 2004, V. I-II.
52. Guceac Ion, *Evoluția constituționalismului în Republica Moldova*, Chișinău, 2005;
53. Guceac Ion, *Drept electoral*, Chișinău, 2005;
54. Guceac Ion, *Constituția la răscruce de milenii*, Ediția a II-a revăzută și adăugită, București, Editura Academiei Române, 2016.
55. Guțuleac Victor, *Drept administrative*, Editura, Î.S. F.E.-P, "Tipografia centrală", Chișinău 2013.
56. Iancu Gheorghe, *Proceduri constituționale*, Editura Monitorul Oficial, București, 2010.
57. Ionescu Cristian– *Instituții politice și drept constituțional*, București 2002;
58. Ionescu Cristian, *Contencios constituțional*, Editura Universul Juridic, București, 2010.
59. Ionescu Cristian, *Drept constituțional și instituții politice*, Editura Lumina Lex, București, 2001, vol. I-II.
60. Ionescu Cristian, *Tratat de drept constituțional contemporan*, Editura C.H. Beck, București, 2008.
61. Jastram K., Achiron M., *Protecția refugiaților: Ghid cu privire la dreptul internațional al refugiaților*, Geneva,

- 2001.
62. Jofa C., Protecția drepturilor omului, Editura Chemarea, Iași, 2000.
 63. Kruglitki Mihaela, Drepturile omului, valori supreme, în materialele conferinței științifice, Analiza reglementărilor naționale și internaționale în material drepturilor omului, Tipografia Bălți, Bălți, 2012.
 64. Lazăr C., Drepturile omului. Culegere de documente internaționale, Cimișlia, 1996.
 65. Libertatea de gândire, conștiință și religie în Republica Moldova, Comitetul Helsinki pentru drepturile omului,
 66. Lijphart Arend, Democrații. Modele de guvernare majoritară și consensuală în douăzeci și una de țări, Sigma IG, Chișinău, 1999.
 67. Luminița Dragne, Drept constituțional și instituții politice, Editura Universul Juridic, București, 2010, vol.-I-II.
 68. Marcu V., Mecanismele internaționale de garantare a drepturilor omului, Editura Sigma Plus, Deva, 1998.
 69. Mazilu D., Drepturile omului - concept, exigențe și realități contemporane, Editura Lumina Lex, București, 2000.
 70. Mihai Bădescu, Drept constituțional și instituții politice, Editura Lumina Lex, București, 2001, vol. I-II.
 71. Mihai Gh., Popescu G, Introducere în teoria drepturilor personalității, București, Editura Academiei Române, 1992.
 72. Mihăilescu Simona, Drept constituțional și instituții politice, Editura Universul Juridic, București, 2017.
 73. Montesquieu, Despre spiritul legilor, Editura Lumina Lex, București, 1997.
 74. Moroianu Zlătescu, I., Protecția juridică a drepturilor omului, ediție revizuită și adăugită, Institutul Român pentru
 75. Muraru Ioan Drept constituțională și instituții politice, Editura Actami, București, 1998.
 76. Muraru Ioan Mihai Constantinescu, Studii constituționale, Editura Actami, București, 1998.
 77. Muraru Ioan, Elena Simina Tănăsescu, Drept constituțional și instituții politice. Ediția 13. Editura C.H. Beck, București, 2009, vol.-I-II.
 78. Muraru Ioan, Mihai Constantinescu Drept parlamentar, Editura Gramar, București, 1994,
 79. Muraru Ioan, Simina Tănăsescu: Drept constituțional și instituții politice, Editura Lumina Lex, București, 2001.
 80. Năstase A., Drepturile omului - religie a sfârșitului de secol, București, Institutul Român pentru drepturile omului, 1992.
 81. Năstase A., Drepturile persoanelor aparținând minorităților naționale, București, Asociația Română pentru Educație Democratică, 1998.
 82. Negru Boris, Cojocatu V., Tehnica legislativă, Tipografia centrală, Chișinău 1997.
 83. Negru Boris, Nicolae Osmochescu, Andrei Smochină, Corneliu Gurin, Ion Creangă, Victor Popa, Sergiu Cobăneanu, Veaceslav Zaporojan, Sergiu Țurcan, Valeria Șterbeț, Alexandru Armeanic, Dumitru Pulbere, Constituția Republicii Moldova. Comentariu., Editura Arc, Chișinău, 2012.
 84. Oirewo C., Fabri H. R., Droits constitutionnels europeens, P.U.F., Paris., 1995.
 85. Orlov Maria, Drept administrativ, Editura Epigraf, Chișinău, 2001.
 86. Ornstein N., Rolul corpului legislativ într-o societate democratică, Documentele libertății, nr. 3, United States Information Service Embassy of the United States of America.
 87. Popa V., Popעי C., Adamescu I., Drepturile omului (concept, legislație, practica statelor), Timișoara, Ed. Presa Universitară Română, 1994.
 88. Popa Victor, Dreptul public, Chișinău, 1998.
 89. Popescu, C-L, Protecția internațională a drepturilor omului - surse, instituții, proceduri - Note de curs, Editura All Beck, București, 2000.
 90. Potîngă A., Costachi Gh., Asigurarea drepturilor omului în lume, Centrul pentru Drepturile Omului din Moldova, Institutul de Filozofie, Sociologie și Drept al Academiei de Științe a Moldovei, Chișinău, Ed. Epigraf, 2003.
 91. Preda Mircea, Autoritățile administrației publice, Editura Lumina Lex, București, 1999.
 92. Protecția persoanelor cu handicap. Acte normative comentate, Centrul de Promovare a Toleranței și Pluralismului, Chișinău, 2003.
 93. Purdă N., Protecția drepturilor omului. Mecanisme interne și internaționale, Editura Lumina Lex, București, 2001.
 94. Radu Chiriță, Drept constituțional, instituții și proceduri. Caiet de seminarii. Editura Hamangiu, București, 2010.
 95. Ramona Delia Popescu, Răspunderea Parlamentului în Dreptul Constituțional, Editura C.H. Beck, București, 2011.
 96. Resp.red., Dumitru Pulbere, Maia Bănărescu, Nina Pîrțac, Valorile constituționale – factori ai stabilității regimului democratic. Conferința internațională Chișinău, 22-23 iulie 2009. Editura « Depoe Pomo » SRL, Chișinău, 2010. 21
 97. Rusu Ion – Drept constituțional și instituții politice, București 1996;
 98. Sârcu D., Accesul la Curtea Europeană a Drepturilor Omului. Condițiile de admisibilitate, Chișinău, 2001.
 99. Sudre Frédéric, Droit international et européen des droits de l'homme, 5e édition mise à jour, Presses Universitaires de France, 2001.
 100. Tănăsescu Elena Simina, Răspunderea în dreptul constituțional, Editura C.H. Beck, București, 2007.
 101. Tomescu Camelia-Rodica, Raporturile dintre Guvern și Parlament, Editura C.H. Beck, București, 2012.

102. Toader Tudorel, Safta Marieta, *Curs de contencios constituțional*, Editura Hamangiu, București, 2017.
103. Vedinaș Verginia, Emanuel Constantinescu, Teodor Narcis Codreanu, *Dicționar de drept public, drept constituțional și drept administrativ*, Editura C.H. Beck, București, 2010.
104. Vida I., *Drepturile omului în reglementări internaționale*, Editura Lumina Lex, București, 1999.
105. Vida Ion, *Procedura legislativă*, Crater, București, 1999.
106. Voicu M., *Protecția europeană a drepturilor omului. Teorie și jurisprudență*, Editura Lumina Lex, București, 2001.
107. Vrabie Genoveva – *Drept constituțional și instituții politice contemporane*, Vol. II, Iași 1999;
108. Баглай М.В. - *Конституционное право Российской Федерации*, Москва 1999;
109. Бойцова В. В., *Служба защиты прав человека и гражданина. Мировой Опыт*, Москва, 1998.
110. Дмитриев Ю. *Защита конституционных прав граждан в уголовной и конституционной юстиции.* // *Государство и право* – 1999 – № 6, с. 38-43.
111. Иванов В. *Личные права и свободы граждан Республики Молдова.* // *Ан. șт. / ULIM. Drept.* – 1996 – № 1, с. 81-90.
112. Иванов В. М. – *Конституционное право Республики Молдова*, Кишинев, 2000;
113. Иванов В.М. *Власть, демократия и социальные контрасты.* – Кишинэу, 1997.
114. Иванов В.М. *Конституционное право Республики Молдова: Учебное пособие.* Кишинэу, 1997.
115. Изензее И. *Конституционные права и демократия.* // *Вестник МГУ. Социально- политические исследования.* – 1992 – № 6, с. 3-15.
116. Карташкин В., *Права человека в международном и внутригосударственном праве*, Москва, 1995.
117. *Конституционное (государственное) право зарубежных стран. Учебник. В 4-х томах. Тома 1-2.* / Под ред. Б. А. Страшуна.
118. *Конституционное право зарубежных стран: Учебник для вузов.* / Под ред. М. В. Баглая – М.: НОРМА, 2001.
119. Ливицкая М., *Права человека в правовом государстве*, Chișinău, 2001.
120. Лукашова К., *Права человека*, Москва, 1999.
121. Мартынчик Е. *Конституционный суд Молдовы: взаимоотношения с другими ветвями власти.* // *Закон и жизнь* – 2000 – № 5, с. 3-6.
122. Мартынчик Е. *Современная конституционная юстиция: роль, место и функции в государственном механизме.* // *Закон и жизнь* – 2000 – № 4, с. 3-6.
123. Мюллерсон Р., *Права человека: идеи, нормы, реальность*, Москва, 1991.
124. *О конституционности правительственных решений.* // *Юрист Молдовы* – 1999 – 1 апреля.
125. Энтин М., *Международные гарантии прав человека. Практика Совета Европы*, Москва, 1992.

Site-urile Internet utile:

1. Registrul de stat al actelor juridice al RM: <http://lex.justice.md/>
2. Parlamentul RM: <http://www.parlament.md/>
3. Președintele RM: <http://www.presedinte.md/>
4. Guvernul RM: <http://www.gov.md>
5. Curtea Constituțională a RM: <http://www.constcourt.md/>
6. Organizația Națiunilor Unite: www.un.org
7. Înaltul Comisar ONU pentru drepturile omului: <http://www.unhchr.ch/>
8. Înaltul Comisar ONU pentru refugiați: www.unhcr.org
9. Consiliul Europei: www.coe.int
10. Curtea Europeană a Drepturilor Omului: <http://www.echr.coe.int/>
11. Uniunea Europeană: www.europa.eu.int
12. Organizația pentru Securitate și Cooperare în Europa: www.osce.org
13. Organizația Statelor Americane: www.oas.org
14. Comisia Africană a Drepturilor Omului și Popoarelor: www.achpr.org
15. Drepturile omului: <http://www.droitshumains.org>
16. Enciclopedia universală a drepturilor omului: <http://www.eudh.org/>
17. Amnesty International: www.amnesty.org
18. Human Rights Watch: www.hrw.org



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Securitologia
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Pîrlîi Inna
Cadre didactice responsabile	Pîrlîi Inna
e-mail:	

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F 01 O. 01	4	I	2	120	60		60	
F 03 O. 25		II	3	60		10		50

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina „Securitologia”, își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic și se adresează studenților USEFS facultatea: Protecție, Pază și Securitate din anii care au cuprins în planul de învățământ această disciplină didactică.

Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul protecției, pază și securitate.

Programul disciplinar se adresează cadrelor didactice universitare, studenților, având menirea unei materii tratate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă a societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.

La USEFS *Securitologia* urmează să fie predată ca o știință de sinteză care stabilește aspectele fundamentale ale securității.

Astfel, securitatea statului este parte integrantă a securității naționale. Prin securitatea statului se înțelege protecția suveranității, independenței și integrității teritoriale a țării, a

regimului ei constituțional, a potențialului economic, tehnico-științific și defensiv, a drepturilor și libertăților legitime ale persoanei împotriva activității informative și a serviciilor speciale și organizațiilor străine împotriva atentatelor criminale ale unor grupuri sau indivizi aparte.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

1. Competențe de învățare/de a învăța să înveți

- Competențe de a stăpîni metodologia de integrare a cunoștințelor de bază despre natură, om și societate în scopul satisfacerii nevoilor și acționării pentru îmbunătățirea calității vieții personale și sociale.

2. Competențe de comunicare în limba maternă/limba de stat

- Competențe de a comunica argumentat în limba maternă/limba de stat în situații reale ale vieții.
- Competențe de a comunica într-un limbaj științific argumentat.

3. Competențe de comunicare într-o limbă străină

- Competențe de comunicare într-o limbă străină.
- Competențe de a comunica argumentat într-o limbă străină în situații reale ale vieții.

4. Competențe acțional-strategice

- Competențe de a-și proiecta activitatea, de a vedea rezultatul final, de a propune soluții de rezolvare a situațiilor-problemă din diverse domenii.
- Competențe de a acționa autonom și creativ în diferite situații de viață pentru protecția societății

5. Competențe interpersonale, civice, morale

- Competențe de a colabora în grup/echipă, a preveni situațiile de conflict și a respecta opiniile colegilor.
- Competențe de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie.
- Competențe de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale.

6. Competențe de autocunoaștere și autorealizare

- Competențe de gândire critică asupra activității proprii în scopul autodezvoltării continue și autorealizării personale.
- Competențe de a-și asuma responsabilități pentru un mod sănătos de viață.
- Competențe de a se adapta la condiții și situații noi.

7. Competențe culturale, interculturale (de a recepta și de a crea valori)

- Competențe de a se orienta în valorile culturii naționale și ale culturilor altor etnii în scopul aplicării lor creative și autorealizării personale.
- Competențe de toleranță în receptarea valorilor interculturale.

8. Competențe antreprenoriale

- Competențe de a stăpîni cunoștințe și abilități de antreprenoriat în condițiile economiei de piață în scopul autorealizării în domeniul antreprenorial.
- Competențe de a-și alege conștient viitoarea arie de activitate profesională.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să demonstreze cunoașterea instituțiilor juridice și esența normelor juridice ce le reglementează.
- să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute.
- să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice.
- să evalueze locul și rolul securității din perspectiva propriei specialități.

II. La nivel de aplicare

- să definească și să reproducă conceptele noțiunii de securitate.
- Să identifice principiile de bază ale securității naționale.
- să determine rolul și locul securității în societate.
- să cunoască pericolele care atentează la securitatea statului.
- să definească noțiunea de amenințare.
- să determine rolul organelor statale în domeniul asigurării securității statului.

III. La nivel de integrare

- să stabilească corelația securității naționale și internaționale.
- să realizeze importanța socială, economică și politică în domeniul asigurării securității statului.
- să explice noțiunile și principiile securității statului;
- să analizeze, generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează activitatea specialistului în domeniul securității;
- Viitorii specialiști în securitate vor putea conștientiza problemele, care pot apărea în domeniul activității de protecție și pază prin prisma legislației în vigoare;

Precondiții

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Evoluția conceptelor de securitate.		2	2	2	2			4	6
2.	Conținutul, esența și clasificarea securității.		2	2	2	2			4	5
3.	Aspecte ale securității moderne.		2	2	2	2			4	6
4.	Aspecte generale cu privire la securitatea statului.		2	2	2	2			4	5
5.	Pericolele ce atentează la securitatea statului.		2	2	2	2			4	5
6.	Competența Autorităților Publice Supreme în domeniul asigurării		2	2	2	2			4	5

	statului.									
7.	Strategia securității naționale.		2	2	2	2			4	6
8.	Aspecte generale privind securitatea națională.		2	2	2	2			4	6
9.	Aspecte cheie ale securității naționale.		2	2	2	2			4	5
10.	Securitatea națională și părțile ei componente.		2	2	2	2			4	5
11.	Direcțiile de activitate a organelor securității statului.		2	2	2	2			4	6
12.	Serviciul de Informații și Securitate ca organ în domeniul asigurării securității statului.		2	2	2	2			4	5
13.	Serviciul de Protecție și Pază de Stat ca organ în domeniul asigurării securității statului.		2	2	2	2			4	5
14.	Serviciul Vamal ca organ în domeniul asigurării securității statului.		2	2	2	2			4	5
15.	Poliția de frontieră ca organ în domeniul asigurării securității statului.		2	2	2	2			4	5
TOTAL			30	30	30	30			60	80

Conținutul unităților de curs

- Tema 1.** Evoluția conceptelor de securitate.
- Tema 2.** Conținutul, esența și clasificarea securității.
- Tema 3.** Aspecte ale securității moderne.
- Tema 4.** Aspecte generale cu privire la securitatea statului.
- Tema 5.** Pericolele ce atentează la securitatea statului.
- Tema 6.** Competența Autorităților Publice Supreme în domeniul asigurării statului.
- Tema 7.** Strategia securității naționale.
- Tema 8.** Aspecte generale privind securitatea națională.
- Tema 9.** Aspecte cheie ale securității naționale.
- Tema 10.** Securitatea națională și părțile ei componente.
- Tema 11.** Direcțiile de activitate a organelor securității statului.
- Tema 12.** Serviciul de Informații și Securitate ca organ în domeniul asigurării securității statului.
- Tema 13.** Serviciul de Protecție și Pază de Stat ca organ în domeniul asigurării securității statului.
- Tema 14.** Serviciul Vamal ca organ în domeniul asigurării securității statului.
- Tema 15.** Poliția de frontieră ca organ în domeniul asigurării securității statului.

Strategii de evaluare

Evaluarea este o componentă organică a procesului de învățare care, paralel cu predarea și învățarea, constituie cel de-al treilea element major al educației. Ea reprezintă o operație de

valorificare a procesului didactic, definește activitățile educaționale, determină eficiența și nivelul activităților de predare–învățare. Evaluarea trebuie să se realizeze ca un proces continuu și formativ al educației. Pentru a realiza o evaluare obiectivă, profesorii trebuie să prezinte cu claritate rezultatele pe care urmează să le atingă studenții.

Evaluarea autentică reflectă multiplele finalități legate de formarea integrală a studenților (dezvoltarea intelectuală, dezvoltarea abilităților, formarea atitudinilor în baza valorilor general-umane și a competențelor funcționale), precum și arsenalul de modalități și strategii de evaluare. Evaluarea autentică presupune demonstrarea cunoștințelor prin vorbire, scris, comportament și acțiuni. Pentru a realiza o astfel de evaluare, profesorul va avea în calcul corespondența dintre conținuturi, strategiile didactice utilizate și modul de apreciere a rezultatelor învățării. Complexitatea evaluării la disciplina *Securitologia* constă în faptul că o bună parte a sugestiilor de conținuturi au esență problematică, de aici iminenta necesitate de a avea la dispoziție instrumente de evaluare eficiente care ar permite o evaluare obiectivă a abilităților și atitudinilor studenților.

Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atât produsul, cât și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.

Bibliografie

ACTE NORMATIVE ALE REPUBLICII MOLDOVA:

1. Constituția Republicii Moldova, adoptată la 29.07.1994, în vigoare de la 27.08.1994 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1994, nr.1.
2. Codul penal al Republicii Moldova, aprobat prin Legea nr.985-XV din 18.04.2002 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2002, nr.128-129/1012.
3. Codul vamal al Republicii Moldova, aprobat prin Legea nr. 1149-XV din 20.07.2000 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2000, nr.160-162/1201.
4. Legea securității statului, nr.618-XIII din 31.10.1995 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1997, nr.10-11/117.
5. Legea concepției securității naționale a Republicii Moldova nr. 112 din 22.05.2008 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova 2008 nr. 97-98.
6. Legea privind organele securității statului, nr.619-XIII din 31.10.1995 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1997, nr.10-11/115.
7. Legea privind Serviciul de Informații și Securitate al Republicii Moldova, nr.753-XIV din 23.12.1999 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1999, nr.156/764.
8. Legea cu privire la Serviciul de Protecție și Pază de Stat, nr.1457-XIII din 28.01.1998 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1998, nr.12-13.
15. Legea privind frontiera de stat a Republicii Moldova, nr.108-XIII din 17.05.1994 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1994, nr. 12/107.

16. Legea serviciului în organele vamale, nr.1150-XIV din 20.07.2000 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2000, nr. 106-108.
17. Legea cu privire la poliție, nr.416-XII din 18.12.90 // Veștile Sovietului Suprem și ale Guvernului RSSM, 1990, nr. 12/321.
18. Legea cu privire la secretul de stat, nr.106-XIII din 17.05.1994 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1994, nr.2/5.
19. Legea cu privire la Guvern, nr.64-XII din 31.05.1990 // Veștile Sovietului Suprem și ale Guvernului RSSM, 1990, nr.8/191. Republicat: Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2002, nr.131-133.
20. Legea privind activitatea operativă de investigații, nr.45-XIII din 12.04.1994 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1994, nr.5/133.
21. Legea cu privire la combaterea terorismului, nr.539-XV din 12.10.2001 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2001, nr. 147-149/1163.
22. Legea cu privire la procuratură, nr.118-XV din 14.03.2003 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 2003, nr.73-75/328.
23. Hotărârea Parlamentului Republicii Moldova cu privire la aprobarea Concepției securității naționale a Republicii Moldova și la formarea Consiliului coordonator pentru elaborarea proiectelor de legi și altor acte normative care vor reglementa construcția, pregătirea și folosirea Forțelor Armate, nr.445-XIII din 05.05.1995 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova, 1995, nr.35/399.
24. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova cu privire la aprobarea Regulamentului Ministerului Securității Naționale al Republicii Moldova și la unele măsuri vizând activitatea de serviciu și ocrotirea socială a militarilor din cadrul Ministerului, nr.242 din 06.04.1992// Monitor, 1992, nr.4.
25. Legea despre adoptarea Regulamentului Parlamentului Nr.797 din 02.04.96 Monitorul Oficial al R.Moldova Nr.050 din 07.04.2007.
26. Legea privind organizarea și funcționarea Serviciului de Informații Externe, nr.1 din 06.01.1998 // Monitorul Oficial al României, 2000, nr.511.
27. Legea contenciosului administrativ, nr.29 din 7.11.1990 // Monitorul Oficial al României, 1990, nr.122.
28. Regulamentul Consiliului Suprem de Securitate, aprobat prin Decretul Președintelui Republicii Moldova, nr.331-II din 08.10.1997
29. Legea privind organizarea și funcționarea Consiliului Suprem de Apărare a Țării, nr.415 din 27.06.2002 // Monitorul Oficial al României, 2002, nr.494.
30. Legea privind Consiliul Securității Naționale și al Apărării Ucrainei, nr.183/98-BP din 05.03.199.
31. Regulamentul Consiliului de Securitate aprobat prin decretul Președintelui Federației Ruse, nr.949 din 2 august 1999.

Literatura de specialitate:**ACTE INTERNAȚIONALE:**

- 1 Raportul privind serviciile de securitate internă în Europa, adoptat de Comisia de la Veneția a Consiliului Europei la 07.03.1998.
- 2 Declarația Universală a Drepturilor Omului, adoptată și proclamată de Adunarea Generală a ONU prin Rezoluția 217 A(III) din 10 decembrie 1948. Republica Moldova a aderat la Declarație prin Hotărârea Parlamentului nr.217-XII din 28.07.1990, Tratatul internațional, 1998.
- 3 „Recomandarea 1402 a Consiliului Europei din 26.04.1999 privind controlul asupra serviciilor de securitate internă ale statelor membre, precum și avizele experților europeni în domeniu asupra legilor Republicii Moldova privind securitatea statului și organele de resort”.

MANUALE, ARTICOLE

- 1 Balmuș, V. *Administrarea organelor securității publice în Republica Moldova*. Autoreferat al tezei de doctor în drept. Chișinău, 2003, p.44.
- 2 Pacepa, I. *Cartea neagră a securității*. Volumul 1. București: Omega, 1999, p. 321.
- 3 Prohnițchi, V. *Securitatea economică a unui stat mic. Note de reper pentru Republica Moldova*. În: Securitatea și apărarea națională a Republicii Moldova / Institutul de politici publice. Chișinău: Arc, 2002, p. 54.
- 4 Rusnac, A. *Aspecte ale teoriei securității*. Chișinău: Fundația Draghiștea, 2005, p. 58-57.
- 5 Tihu Suhăreanu, N. *Securitatea prezidențială americană*. București: Editura Z, 1996, p. 61.
- 6 Ureche, M. *Servicii secrete*. Volumul 1. București: PACO, 1993.
- 7 Vîntu, I., Anghene, M., Străoanu, M. *Organele administrației de stat în Republica Socialistă România*. București: Editura Academiei Republicii Socialiste România, 1971.
- 8 Wolfers, A. *Discord and Colaboration, Essays on International Politics*. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 1962.
- 9 Secrieru I., Budevici A., Arsene I. „*Bazele manageriale ale activității profesionale a agentului de pază particular*” Chișinău, 2007.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Limba franceză
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Limbi Moderne
Titular de curs	Coronovski Zinaida
Cadre didactice responsabile	
e-mail:	catedralimbi@gmail.com

Codul disciplinei G 01 O. 04	Număr de credite ECTS	Anul I	Semestrul I	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
				180	90	30	90	150

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Procesul instructiv-educativ desfășurat conform curriculumului la limba franceză va fi organizat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei, mijloacele și căile de realizare a procesului de predare-învățare a limbii franceze.

Cursul de limba franceză este bazat pe studierea textelor de specialitate, teme de conversație, care, au tangențe cu domeniul securității civile și publice, articole extrase din diferite surse de specialitate. Modernizarea procesului de instruire presupune precizarea competențelor instruirii, restructurarea programelor de studiu, utilizarea unor strategii didactice eficiente, a unui sistem obiectiv și stimulativ de evaluare a rezultatelor obținute.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

1. Scopul principal al predării limbilor străine în U.S.E.F.S. este posedarea practică a limbii străine ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de

specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și cu folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a.

2. Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor proprii cu privire la cele expuse.
3. Întreținerea unei convorbiri, discuții la temele de specialitate prevăzute de programă.
4. Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara limba căreia se studiază.
5. Dezvoltarea spiritului de creativitate.
6. Dezvoltarea capacității de exprimare în scris.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

1. Însușirea terminologiei din domeniul securității în limba franceză;
2. Extragerea informațiilor exacte din textele de specialitate;
3. Cunoașterea materialului gramatical pentru a-și exprima corect ideile;
4. Deosebirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului, articolului științific;
5. Cunoașterea diverselor metode și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta;
6. Însușirea regulilor de reducere a unui text de specialitate;

II. La nivel de aplicare

1. utilizarea corectă a terminologiei de specialitate și construcțiilor lingvistice specifice la descrierea unei activități din domeniul securității;
2. Înțelegerea corectă a textelor de specialitate și relevarea informației esențiale;
3. Exprimarea corectă la tratarea subiectelor cu caracter științific

III. La nivel de integrare

1. Deosebirea particularităților limbajului de specialitate în raport cu limbajul vorbit;
2. Integrarea în procesul de comunicare cu un interlocutor;
3. Pregătirea și prezentarea unei comunicări la teme de specialitate (la conferințe științifice, ore de curs);
4. Formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului de specialitate (securitate).

Precondiții

1. Stabilirea strategiilor didactice în selectarea conținutului activității instructiv-educative.
2. Amplificarea treptată a conținutului învățământului.
3. Sistematizarea cunoștințelor prin demers liniar sau concentric.
4. Utilizarea metodelor comunicative: conversația didactică, simularea situațiilor, problematizarea, studiul de caz, asaltul de idei (brainstorming), algoritimizarea, și. a.

Repartizarea orelor de curs

		total	ore	lucru	total	ore	lucrul
		ore	practice	individual	ore	practice	individual
		zi	zi	zi	FR	F/R	F/R
1.	Test d'évaluation initiale.	2	2	–	1	1	-
2.	Origine de la langue française	2	2	–	1	1	-

3.	Nous sommes étudiants.	4	2	2	6	2	4
4.	<i>Ma famille.</i>	4	2	2	4	-	4
5.	Mon appartement	4	2	2	4	-	4
6.	La salle de lecture	4	2	2	6	-	6
7.	Une leçon de français	4	2	2	6	2	4
8.	Les langues étrangères (dialogue)	6	2	4	10	2	8
9.	Faisons du sport !	4	2	2	6	2	4
10.	L'importance de l'éducation physique	6	2	4	10	2	8
11.	L'Université d'Etat de l'Education Physique et du Sport	4	2	2	4	-	4
12.	L'athlétisme ancien. Les jeux chez les Grecs	4	2	2	4	-	4
13.	L'athlétisme	6	4	2	6	2	4
14.	Evaluation des connaissances	2	2	-	2	2	-
15.	La journée d'un étudiant	8	4	4	4	-	4
16.	Mes loisirs	6	4	2	4	-	4
17.	La lutte. Andrei Doga, sportif et entraîneur	8	4	4	8	-	8
18.	Les arts martiaux – une façon d'être	4	2	2	9	1	8
19.	Judo	6	4	2	9	1	8
20.	Formation professionnelle en Sécurité.	8	4	4	8	2	6
21.	La Nation – La Patrie	4	2	2	10	2	8
22.	Nationalisme	6	4	2	4	-	4
23.	Le nationalisme aujourd'hui	6	4	2	4	-	4
24.	L'Etat et son rôle	6	2	4	10	2	8
25.	Evaluation des connaissances	2	2	-	2	2	-
26.	Le Fondement du droit	6	4	2			

	international				4	-	4
27.	Les Grandes conceptions du droit	6	4	2	4	-	4
28.	Droit, morale, religion	6	4	2	4	-	4
29.	La France dans le monde	4	2	2	4	-	4
30.	La justice en France	4	2	2	10	2	8
31.	Paris – centre administratif	4	2	2	4	-	4
32.	La Moldavie et l'Union Européenne	4	2	2	6	-	6
33.	Evaluation finale	2	2	_	2	2	-
34.	Récapitulation	2	2	_	-	-	-
TOTAL		180	90	70+20 lect partikul	180	30	150

Conținutul unităților de curs

La etapa I (sem. I) se acordă cea mai mare atenție muncii de corectare a pronunțării și formării deprinderilor de citire. Se repetă și se sistematizează cele mai importante teme de gramatică, se începe asimilarea terminologiei de specialitate. Studenții anului I trebuie să-și aproprieze construcțiile elementare și cele mai uzuale, necesare pentru a face legătura dintre cuvinte, pentru a-i da viață vocabularului asimilat.

La etapa a II-a (sem.II) se lucrează mai cu seamă asupra însușirii termenilor de specialitate (securitate), se efectuează exerciții de reducere a textelor de specialitate, se duce la bun sfârșit studierea temelor de gramatică, care poartă un caracter aplicativ

Strategii de evaluare

- a) *Evaluarea curentă*: diagnosticarea, la începutul anului I, a nivelului de posedare a limbii; teste în scris; recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente;
- b) *Evaluarea finală*: test în scris și examen oral la sfârșitul sem. I și II.

Cerințe de evaluare. La aprecierea notei se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor.

Controlul priceperilor și deprinderilor studenților se efectuează prin interogare curentă (orală și scrisă) cu ajutorul diferitelor tipuri de teste, iar examinarea finală se face prin teste (în scris) și examene.

Controlul poartă un caracter instructiv și ajută la depistarea lacunelor din cunoștințele studenților.

Testarea se face după asimilarea anumitor compartimente din materia predată (în cadrul semestrelor, la finele anului de învățământ).

Bibliografie

1. Bailly. Dictionnaire des synonymes de la langue française.
2. Civilisation française. Instruction civique, Chișinău, 1996.

3. Coronovschi Z., Culegere de texte la limba franceză pentru studenții anului I, Facultatea Pază, Protecție și Securitate (suport didactic), Chișinău, 2018, 72 p.
4. Espaces. Civilizations, № 3, Paris, 1980.
5. Education civique, Paris, 1988.
6. Florea Galina, Le Français du sport, București, 2002.
7. Grammaire française. Moscova, 1969.
8. Dictionnaire français-roumain, București, 1995.
9. Terminologia educației fizice și sportului, București: Ed. Stadion, 1974.
10. Revues: Sport Europe.
11. Micro Robert, Paris, 1984.
12. G.W.F. Hegel, “Principes de la philosophie du droit”, Gallimard, 1966.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport
 or. Chișinău, Republica Moldova
 str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
 tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Securitate civilă și publică</i>					
Denumirea cursului		Elemente de cultură universală și națională					
Titularul cursului		Calugher Viorica Leșco Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 01A.05	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@gsu.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității <i>Securitate civilă și publică</i>, lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.</p> <p>Prezentul curriculum examinează două aspecte principale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • unul care reglează acțiunea educativă, cuprinzând finalitățile, scopurile, obiectivele de studiu. • celălalt, care permite realizarea acestora, respectiv căile, mijloacele, și activitățile. <p style="text-align: center;"><i>Curriculum este axat pe următoarele obiective:</i></p>						

	<ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului istoric, care reglementează activitatea studenților pe tot parcursul studierii teoriei și istoriei culturii; • obiectivele cadru ale învățământului istoric universitar; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc progresul în achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii; <p>În vederea realizării obiectivelor de referință sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în 90 ore pe parcursul unui semestru.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale; <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare;
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; • Să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; • Să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; • Să dezvolte capacitatea de investigație și a deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; • Să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p>La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii;

	<ul style="list-style-type: none"> • Să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății (adaptare, schimbare, condiționare, etc.) • Să determine locul și importanța diferitelor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; • Să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. • Să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; 					
<p align="center">Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul și problematica disciplinei	6	2	1	3
	2	Valoarea –concept fundamental al filosofiei culturii.	6	2	1	3
	3	Naționalul și Universalul în cultură	6	2	1	3
	4	Cultura și civilizația Indiei antice.	6	2	1	3
	5	Cultura și civilizația Egiptului Antic.	6	2	1	3
	6	Cultura și civilizația Greciei antice.	6	2	1	3
	7	Cultura și civilizația Romei antice.	6	2	1	3
	8	Cultura și civilizația Evului Mediu.	6	2	1	3
	9	Cultura epocii Renașterii	6	2	1	3
	10	Cultura epocii Moderne	6	2	1	3
	11	Cultura epocii Contemporane	6	2	1	3
	12	Civilizația geto-dacilor.	6	2	1	3
	13	Cultura românească medievală	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3	
Total		90	30	15	45	
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;elaborarea de proiecte. 					

<p>Strategiideevaluare</p>	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei Elemente de cultură universală și națională se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>											
<p>Stabilireanoteifinale(ponderearexprimatăîn %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Notafinală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Notapentruevaluareaafinală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Notaevaluareacurentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Notalucrulindividual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Notafinală	100%	Notapentruevaluareaafinală	40%	Notaevaluareacurentă	20%	Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%	Notalucrulindividual	20%	
Notafinală	100%											
Notapentruevaluareaafinală	40%											
Notaevaluareacurentă	20%											
Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%											
Notalucrulindividual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Boia L. Istorie și mit în conștiința românească. București, editura Humanitas, 1997. 2. Botez-Crainic, A. Istoria artelor plastice. Vol. I-II. București, 1995; 3. Blaga L., Opere. Vol. 9: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1985. 4. Blaga L., Opere. Vol. 10: Trilogia valorilor. București, Editura Minerva, 1987. 5. Braunstein K, Repin J. K, Cultura pentru toți, București, 1997. 6. Bâtlan, I. Istoria culturii și civilizației universal. – București, 1995; 7. Calugher Viorica, Elemente de cultură universală și națională. Chișinău, 2017. 8. Chamoux, F. Civilizația greacă. Vol. I. --București. – Meridiane. -1985; 9. Cristea M., Sistemul educațional și personalitatea. București, Editura Didactică și Pedagogică, 1994. 10. Cultură și societate – studii privitoare la trecutul românesc, volum îngrijit de Al. Zub, București, Editura Științifică, 1991. 11. Harari Noah. 21 de lectii pentru secolul XXI, Polirom, 2018. 12. Hâncu I. Străvechi monumente din Republica Moldova. Chișinău, 1996. 13. Deagaciov L., Roșca S. Apariția și dezvoltarea gândirii filozofice în 											

Moldova, Chișinău, 1992.

14. Drimbă O., Incursiuni în istoria civilizațiilor, București, 1985
15. Delacroix H., Psihologia artei, București, 1983.
16. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-4, București, 1986, 1987, 1990, 1995.
17. Drimba O., Istoria culturii și civilizației, Vol. 1-10, București, 1998.
18. Drimba O., Incursiuni în civilizația omenirii, Vol. 1-2, București, 1993-1996.
19. Drîmbă, O. Istoria culturii și civilizației. – București. - 1997. – vol. I – X;
20. Enciclopedia istoriografiei românești, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1978.
21. Istoria civilizației și culturii universale și naționale. Sub red. Gr. Socolov. – Chișinău, 1998;
22. Куманецкий, К. История культуры Древней Греции и Рима. – Москва: Высшая школа. 1990.
23. Nicola I., Tratat de pedagogie școlară, București, 1996
24. Lovinescu E. Istoria civilizației române moderne. București, editura Minerva, 1997.
25. Pâslaru V., Principiul etno - cultural în învățământul din Republica Moldova. Revista de pedagogie (București, Romania), 1993. Nr. 8-12.
26. Peter A. Clayton, P.G. Maxwell-Stuart, Joyce Tyldesley, Chris Scarre. Cronica Faraonilor. Cronica Papilor. Cronica Împăraților Romani. Cronica Regilor Egiptului. Rao Books. 2015.
27. Popa, G. Istoria culturii și a civilizațiilor. - Iași: Cugetarea, 1997;
28. Tănase Al., Introducere în filosofia culturii. București, Editura Științifică, 1968.
29. Radu G. Ideea de progres cultural în lumea contemporană. Iași, 1981.
30. Radu F. Metamorfoza culturii în secolul al XX-lea. București, 1988.
31. Solcanu I. Globalizare și cultură națională – o dilemă reală. Convorbiri literare, 2006.
32. Ungureanu I. Idealuri sociale și realități naționale, București, Editura Științifică și Enciclopedică, 1988.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport
 or. Chișinău, Republica Moldova
 str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
 tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Securitate civilă și publică</i>					
Denumirea cursului		Educația Interculturală					
Titularul cursului		Petrov Elena Leșco Victoria					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 01 A.06	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Disciplina <i>Educație interculturală</i> își aduce contribuția la formarea și dezvoltarea competențelor-cheie culturale și interculturale, calitățile viitorului cetățean dintr-un stat democratic. Astfel, se realizează compatibilitatea curriculum-ului cu strategiile europene din domeniul educației, care conduc la formarea unor competențe integratoare, indispensabile unei societăți democratice.</p> <p>Educația culturală are un rol deosebit în dezvoltarea deprinderilor și abilităților necesare pentru a forma cetățeanul participativ și responsabil. În acest context, cultura națională și universală are menirea de a forma un cetățean cu vederi democratice, care să fie înzestrat pe parcursul studiilor cu un ansamblu de competențe funcționale ce îi vor permite să facă față cerințelor societății contemporane.</p> <p>Curriculum-ul la disciplină se adresează cadrelor didactice universitare, studenților de la specialitatea <i>securitate civilă și publică</i>, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării. Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor și formarea competențelor specifice ale disciplinei, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Disciplină socio-umanistică, <i>Educația interculturală</i>, are sarcina să asigure realizarea obiectivelor și standardelor educaționale contemporane.</p>						

	<p>Educația interculturală reprezintă unul dintre cele mai importante și actuale aspecte care contribuie la cunoașterea trecutului și patrimoniului cultural și la formarea cetățeanului democratic.</p> <p>Misiunea <i>Educației interculturale</i> ca disciplină de studiu este orientată prioritar spre înțelegerea trecutului, prezentului și a diversității tradițiilor culturale și istorice ale popoarelor lumii pentru a înlătura prejudecățile și a încuraja toleranța între oameni. Așadar, predarea disciplinei trebuie să aibă la bază ideea de reconciliere și influențele reciproce pozitive între popoare.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abordarea conceptuală a procesului educațional în baza cunoașterii și punerii în aplicare a modelelor, categoriilor și principiilor educației; • Proiectarea și realizarea cercetărilor în problematica educațională prin identificarea soluțiilor optime pentru realizarea unei educații de calitate în învățământul preuniversitar; • Atribuirea parcursului de dezvoltare a procesului educațional în învățământul preuniversitar prin formularea finalităților educaționale; • Proiectarea demersului educațional în învățământul preuniversitar prin anticiparea elementelor acestuia; • Evaluarea situației educative, a finalității acțiunilor didactice și a randamentului academic al elevului; • Organizarea și monitorizarea procesului educațional în învățământul preuniversitar prin raportare la contextele socioumane și identitar-culturale; <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea principiilor, normelor și valorilor eticii profesionale în cadrul propriei strategii de muncă; • Identificarea rolurilor și a responsabilităților într-o echipă plurispecializată și aplicarea de tehnici de comunicare, de relaționare și de muncă eficientă în cadrul acesteia; • Identificarea oportunităților de formare continuă și valorificarea eficientă a resurselor și a tehnicilor de învățare pentru propria dezvoltare; 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> • să definească principiile, dimensiunile și valorile educației interculturale; • să caracterizeze elementele culturii naționale; • să gestioneze conflictele interculturale din cotidian; • să contureze profilul personalității interculturale; • să argumenteze importanța formării din perspectivă interculturală. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">Numărul de ore</p>			
			<p>Total</p>	<p>Curs</p>	<p>Seminar</p>	<p>LI</p>
	<p>1</p>	<p>OBIECTUL ȘI PROBLEMATICA FILOSOFIEI CULTURII</p>	<p>12</p>	<p>4</p>	<p>2</p>	<p>6</p>
	<p>2</p>	<p>VALOAREA – CONCEPT FUNDAMENTAL AL FILOSOFIEI CULTURII</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>3</p>	<p>CONCEPTUL DE EDUCAȚIE INTERCULTURALĂ</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>
	<p>4</p>	<p>DIVERSITATEA CULTURALĂ ȘI IDENTITATEA ÎN CONTEXTUL GLOBALIZĂRII</p>	<p>6</p>	<p>2</p>	<p>1</p>	<p>3</p>

	5	SPRE INTERCULTURAL PRIN CULTURAL	6	2	1	3
	6	COMPETENȚĂ INTERCULTURALĂ	6	2	1	3
	7	DESIGN-UL EDUCAȚIEI INTERCULTURALE	6	2	1	3
	8	SOCIETATEA INTERCULTURALĂ	12	4	2	6
	9	ȘCOALA INTERCULTURALĂ	6	2	1	3
	10	DEMOCRAȚIE ȘI INTERCULTURALITATE	6	2	1	3
	11	CULTURI ÎN CONTACT	6	2	1	3
	12	STEREOTIPURI ȘI PREJUDECĂȚI ÎN COMUNICAREA INTERCULTURALĂ	12	4	2	6
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor–student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe integratoare, precum:</p> <ul style="list-style-type: none"> • elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic; • organizarea dezbaterilor asupra unor fenomene și procese legate de educația interculturală; • elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică; • organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de educația interculturală; • elaborarea și publicarea unor articole care țin aspectele educației interculturale; • organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul educației interculturale; • participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate; elaborarea de proiecte. 					
Strategiile de evaluare	<p>În funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Educație interculturală</i> se vor realiza:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul cursului. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă (curentă)</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut (notele obținute în cadrul seminarelor, rezultatele lucrului individual (prin prezentarea minim a unui produs al activității individuale). Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acestora prin feedback-ul obținut; • <i>evaluarea rezumativă (finală)</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Educație interculturală</i>. Această evaluare constituie 40% din 					

	<p>nota generală obținută la disciplină.</p> <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expoziție, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>).</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cât și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
Stabilirea notelor finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Arhip A. Noile educații. Chișinău: FEP „Tipografia centrală”, 1996. 2. Bezede R. Competența interculturală: instrumente de evaluare. Ghid metodologic pentru cadre didactice preuniversitare. Chișinău: C.E. PRO DIDACTICA, 2016. 3. Bontaș I. Tratat de pedagogie. Ediția a VI-a. București: BIC ALL, 2007. 4. Burdujan R. Competența interculturală ca finalitate a educației interculturale. In: <i>Univers Pedagogic</i>, nr. 3, 2007. Chișinău: IȘE, 2007. pp. 7-11. 5. Cace C., Stăiculescu C. Educația interculturală – dimensiune a educației contemporane. In: <i>Studia Universitas</i>, nr. 9, 2007. Chișinău: USM, 2007. pp. 122-129. 6. Cozma T. O nouă provocare pentru educație: interculturalitatea. Iași: Polirom, 2001. 216 p. 7. Cristea S. Educația interculturală. In: <i>Didactica Pro...</i> Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (20-21), 2003. Chișinău, pp. 98-99. 8. Cucuș C. Educația. Dimensiuni culturale și interculturale. Iași: Polirom, 2000. 288 p. 9. Cucuș C. Pedagogie. Ed. a II-a rev. și adăug. Iași: Polirom, 2006. 464 p. 10. Dasen P., Perregaux C., Rey M. Educația interculturală: experiențe, politici, strategii. Iași: Polirom, 1999. 208 p. 11. Educație interculturală în Republica Moldova. Chișinău: ARC, 2004. 220 p. 12. Joița E. Pedagogia. Știința integrativă a educației. Iași: Polirom, 1999. 13. Nedelcu A. Fundamentele educației interculturale. Diversitate, minorități, echitate. Iași: Polirom, 2008. 14. Plenghei A. Educația pentru toți. In: <i>Didactica Pro...</i> Revistă de teorie și practică educațională, nr. 4-5 (62-63), 2010. Chișinău, pp. 91-82. 15. Pogolșa L. et. al. Educație interculturală. Curriculum școlar, clasele I-IX. Chișinău, 2012. Pe: https://mecc.gov.md/sites/default/files/educatia_interculturala_clasele_i-ix.pdf 16. Redu M. Educația interculturală în noul context european. In: <i>Revista de pedagogie</i>, nr. LIX (1), 2011. Chișinău: IȘE, pp. 25-32. 	



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport
 or. Chișinău, Republica Moldova
 str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
 tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Securitate civilă și publică</i>					
Denumirea cursului		<i>Etica și deontologia profesională Consilierea educațională și a carierei</i>					
Titularul cursului		Leșco Victoria Calugher Viorica					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	U 01 A. 08	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (U – componentă de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra.spps@univ.md	Total	C	S	L/P	LI	
		180	60	30	-	90	
Nota de prezentare	<p>Cursul de <i>Etica și deontologia profesională</i> reprezintă o tentativă de a îmbunătăți pregătirea specialiștilor, din punctul de vedere al eticii, precum și de a ajuta studenții în procesul de studiere, în conformitate cu experiența acumulată la predarea acestui curs. Fiecare profesie are sau poate avea etica sa particulară. Aceste etici au, însă, multe principii și norme comune. Un curs de Etica profesională are menirea să releve asemănările și diferențele, să dea posibilitatea să se vadă cum ar trebui să se desfășoare relația client-profesionist în alte domenii de interes public mai larg.</p> <p>Curriculum-ul disciplinar se adresează studenților specialității <i>Securitate civilă</i></p>						

și publică lectorilor universitari, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei de nou și autoreglării.

Disciplina de studii *Etica și deontologia profesională* este parte componentă a științelor pedagogice prevăzute în planul de învățământ în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul *Antrenamentului sportiv* la Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport.

Obiectivul principal al cursului *Etica și deontologia profesională* constă în familiarizarea studenților cu principiile și normele de bază ale codului de etică atât la nivel profesional, cât și la nivelul comportamentului cotidian. Cursul se axează pe dezvoltarea abilităților de aplicare a principiilor și regulilor care trebuie să guverneze activitatea profesională, inclusiv o conduită corectă în societate. Motivația și scopul cursului *Etica și deontologia profesională* constă în a pregăti studenții pentru viața profesională și a-i ajuta să-și însușească un comportament care să-i ajute să-și exercite excelent rolul profesional și să obțină succesul. Din acest motiv, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și aplicativ în activitatea comună a cadrelor didactice și studenților, având menirea unei treceri treptate la un nivel dinamic, flexibil, realist, pe deplin adaptat mutațiilor actuale și de perspectivă ale societății, deschis infuziei din nou și autoreglării.

Disciplina de studiu *Consilierea educațională și a carierei* este de orientare socioumanistică inclusă în trunchiul comun al planurilor de învățământ pentru ciclul de licență al Universității de Stat de Educație Fizică și Sport și răspunde unor nevoi importante ale integrării tinerilor în societatea modernă, prin:

- asigurarea accesului echitabil la oferta educațională;
- buna integrare socio-profesională și pe piața forței de muncă;
- dezvoltarea atitudinilor și competențelor necesare pentru a face față schimbărilor viitoare pe plan personal și profesional.

Consilierea educațională și a carierei constituie un obiect de studiu sau o disciplină de studiu în înțelesul ei cotidian, ci ca o arie de aplicații, dezvoltări practice, experiențe și atitudini care trebuie învățate a fi exersate în viață. Învățarea în sfera orientării educaționale și profesionale trebuie să aibă sensul de a învăța pentru a ști să faci și nu a învăța pentru a ști. Universitatea trebuie să vizeze nu numai educarea și formarea unor tineri bine instruiți, ci și pregătirea de absolvenți direct angajabili și imediat productivi.

În rezultat, *Consilierea educațională și a carierei* trebuie să fie influentă și activă în planul adecvării cu realitatea pieței muncii și schimbările sociale, cât în cel psihologic și al educației, devenind astfel, un continuu de intervenții, de o natură psihologică, pedagogică, socială, educativă, din domeniul legislativ, medical, financiar etc.

Competențe profesionale:

- Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului.

<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul eticii în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor morali <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; <p>Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,</p> <p>1. Aplicarea noțiunilor, terminologiei și informației ce vizează profesii</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificarea informațiilor ce vizează profesii în sursele de specialitate și actele normative; • Corelarea noțiunilor noi despre profesii unor contexte din viața cotidiană; • Analiza specificului evoluției în timp a unor profesii; <p>2. Integrarea cunoștințelor achiziționate la diferite arii curriculare în scopul ghidării în carieră</p> <ul style="list-style-type: none"> • Argumentarea relației dintre cunoștințele achiziționate în cadrul diferitor arii curriculare, prin raportare la anumite profesii; • Relevarea corelației dintre biografia unor personalități și rolul acestora în promovarea unor domenii de activitate; <p>3. Stabilirea unor legături dintre domeniile profesionale și literatura de specialitate, precu și actele oficiale</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descoperirea unor similitudini dintre literatura de specialitate, actele normative și spațiul vieții în ceea ce privește profesiile; • Justificarea rolului social al modelului etic pentru diferite profesii; • Aprecierea rolului social al fiecărei profesii, precum și a propriei experiențe de viață; <p>4. Relaționarea informație despre profesie și contextul social actualizat;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Utilizarea surselor de documentare în stabilirea câmpurilor lexicale ale unor profesii; • Reflectarea propriilor emoții și a experienței personale în raport cu profesiile existente.
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politetii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul etic profesional;

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința filosofică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etica profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale eticii profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale eticii; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; • să organizeze seminarii și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul, funcțiile și problematica eticii	6	2	1	3
	2	Morală și etica profesională	6	2	1	3
	3	Particularitățile și sistemul de autoreglare a comportamentului etic	6	2	1	3
	4	Categoriile eticii profesionale	6	2	1	3
	5	Comunicarea profesională și aspectele ei	6	2	1	3
	6	Mijloacele de comunicare verbală în sfera profesională.	6	2	1	3
7	Etica în soluționarea conflictelor	6	2	1	3	

8	Colectivul de muncă	6	2	1	3
9	Etica și cultura organizațională	6	2	1	3
10	Cultura exteriorului	6	2	1	3
11	Stresul și acțiunile lui în activitatea profesională	6	2	1	3
12	Eticheta profesională. Codul bunelor maniere	6	2	1	3
13	Etica conducerii	6	2	1	3
14	Codurile deontologice: aspecte conceptuale.	6	2	1	3
15	Etica sportivului. Codul deontologic al sportivului	6	2	1	3
1	Nivel de pregătire: studii, competențe profesionale, abilități sociale, aspirații profesionale	6	2	1	3
2	Relația succes școlar – reușită personală și profesională: criterii de analiză a reușitei personale / profesionale	6	2	1	3
3	Modalități de dezvoltare competențelor, abilităților sociale, intereselor. Importanța lor în găsirea unui loc de muncă	6	2	1	3
4	Managementul carierei: obiective, principii, strategii, principii	6	2	1	3
5	Cerințele locului de muncă: fișa postului, fișa angajatului, reglementări, condiții specifice angajatorului	6	2	1	3
6	Dinamica pieței muncii: cererea și oferta de muncă. Modul de realizare a selecției și recrutării forței de muncă	6	2	1	3
7	Caracteristici și tendințe ale pieței muncii la nivel local, național, european	6	2	1	3
8	Meserii uzate moral și meserii actuale. Munca la negru, economia informală, munca în străinătate, angajarea cu carte de muncă – beneficii și consecințe	6	2	1	3
9	Integrarea europeană și efectele asupra mobilității forței de	6	2	1	3

		muncă, cererii și ofertei pe piața muncii				
	10	Dimensiunea de gen în planificarea carierei. Stereotipurile de gen ca bariere în opțiunile de carieră	6	2	1	3
	11	Documente formale privind angajarea: contractul de muncă, fișa postului	6	2	1	3
	12	Formare și re-conversie profesională în condițiile pierderii locului de muncă	6	2	1	3
	13	Portofoliu personal: rezultate la testări, premii, diplome, certificate, Curriculum Vitae (CV), autoevaluare, produse reprezentative pentru locul de muncă, recomandări	6	2	1	3
	14	Surse și oportunități de formare: centre de formare profesională, programe de formare continuă la locul de muncă, programe de scurtă durată, cursuri serale, consultanță de specialitate, învățământ la distanță / frecvență redusă, conferințe, studiu individual, învățare continuă, voluntariat	6	2	1	3
	15	Evaluarea carierei: autoevaluări ale carierei pe baza profilurilor ocupaționale, a evoluției calificărilor la nivel național și european, consultarea unor persoane specializate (psihologi, consilieri ai carierei profesionale), consultarea unor agenții de recrutare de personal	6	2	1	3
	Total		180	60	30	90
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Componentele de bază ale curriculum-ului sînt strategiile didactice utilizate în cadrul procesului de predare-învățare, îndreptate spre realizarea eficientă a obiectivelor curriculare. Studenții sînt motivați să se implice activ în realizarea obiectivelor curriculare, să-și formeze deprinderi intelectuale, capacități cognitive, atitudini și comportamente civice.</p> <p>Demersul educațional, orientat spre formarea de competențe cu caracter de integrare, solicită o proiectare didactică în care relația profesor-student să fie privită din perspectiva rolului de bază al profesorului în calitatea lui de ghid și moderator, partener și consilier, creator de situații de învățare și promotor de cunoștințe istorice. Astfel, ne propunem să formăm un șir de competențe</p>					

	<p>integratoare, precum:</p> <p>elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise/portofoliului tematic;</p> <p>organizarea dezbatelor asupra unor fenomene și procese legate de orientarea educațională și în carieră;</p> <p>elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse surse și prezentarea lor publică;</p> <p>organizarea conferințelor științifice privind anumite probleme legate de cariera profesională;</p> <p>elaborarea și publicarea unor articole care țin de cariera profesională și angajarea pe piața muncii;</p> <p>organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe și membri ai comunității la diverse subiecte din domeniul orientării profesionale a tinerilor;</p> <p>participarea la acțiuni de voluntariat în comunitate;</p> <p>elaborarea proiectului de carieră.</p>	
<p>Strategiideevaluare</p>	<p>In funcție de scopurile urmărite, în cadrul disciplinei <i>Consiliere educațională și a carierei</i> profesorul va aplica:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>evaluarea inițială</i>, care se realizează la începutul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică; • <i>evaluarea formativă</i>, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, deoarece permite raportarea permanentă la obiectivele operaționale. Totodată, ea înregistrează progresele obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acesteia prin feedbackul obținut; • <i>evaluarea rezumativă sau cumulativă</i>, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de <i>Culturologie</i>. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. <p>Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (<i>evaluarea orală și scrisă</i>) și complementare (<i>eseu istoric, text istoric, corespondență, caricatură istorică, expozițiemuzeografică, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu</i>)</p> <p>Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.</p>	
	<p>Notafinală</p>	<p>100%</p>

Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminar	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<p>17. Capcelea V., Etica, Editura Arc, Chișinău, 2003.</p> <p>18. Cava R. Comunicarea cu oamenii dificili, București, Editura Curtea Veche Publishing, 2007.</p> <p>19. Cândea R., Cândea D. Comunicarea managerială: concepție, deprinderi, strategie. Focșani, 1996.</p> <p>20. Frunza S. Comunicare etică și responsabilitate socială, Editura Tritonic, 2011.</p> <p>21. Gavrilă T. Managementul general al firmei, București, 2002.</p> <p>22. Hianes I., Introducere în istoria comunicării, Editura Fundația Română de Măne, 1998.</p> <p>23. Joule R.V., Tratat de manipulare, Editura Antet, 1997.</p> <p>24. Lungu Viorelia, Etica profesională – suport de curs, Chișinău, USM. 2011, p.192 ISBN 978-9975-71-103-6.</p> <p>25. Marinescu A. Codul bunelor maniere astăzi, București, Editura Humanitas, 2008.</p> <p>26. Mândăcanu, Virgil. Etica pedagogică praxiologică: (Manual pentru adolescenți, studenți și pedagogi din învățământul liceal și universitar), Chișinău, 2010 ISBN:978-9975-51-142-1. 588 p.</p> <p>27. Miroiu A. Teorii ale dreptății, București, Editura Alternative, 1995.</p> <p>28. Miroiu A. Etică aplicată, București, Editura Alternative, 1995.</p> <p>29. Miroiu M., Miroiu A. Dreptatea și fericirea, București, Editura All, 1995.</p> <p>30. Montefiore A., Mureșan V. Filosofia morală britanică, București, Editura Alternative, 1998.</p> <p>31. Mureșan V. Valorile și adevărul moral, București, Editura Alternative, 1995.</p> <p>32. Popescu D., Arta de a comunica, Editura Economica, 1998.</p> <p>33. Pruteanu Șt., Comunicare și negociere în afaceri, Editura Polirom, 1997.</p> <p>Pruteanu Șt. Antrenamentul abilităților de comunicare, Iași, Editura Polirom, 2004</p> <p>1. Băban A. Consiliere educațională. Ghid metodologic pentru orele de dirigiență și consiliere, 2009.</p> <p>2. Bocoș M., Instruire interactivă, Editura Presa Universitară Clujeană, Cluj Napoca, 2002.</p> <p>3. Calugher V., Dorgan V., Lungu E. Strengthening the Partnership between the University and Graduates: realities and Challenges. In: 3-rd Central and Eastern European LUMEN International Scientific Conference: New Approaches in Social and Humanistic Sciences, 8-9 June, 2017 Chisinau, p.103-104.</p> <p>4. Calugher V. Rolul autocunoașterii în educația pentru carieră a studenților. În: "SPORT. OLIMPISM. SANATATE". Materialele Congresului Științific Internațional. Ediția a II-a, 26-28 octombrie 2017, Chișinău. p.21. ISBN 978-9975-131-51-3.</p> <p>5. Calugher V., Popescu V. Social partnership in education for the students career: realities and trends. In: The Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Physical Education and Sport Management. Fascicle XV. Vol. 1, 2017, p. 31-34. ISSN-L 1454-9832 ISSN 2344-4584 (B+ category). Olympism. Health. IIIrd Edition Chisinau, Moldova 13-15 September, 2018.</p> <p>6. Calugher V. Monitorizarea inserției profesionale în câmpul muncii a absolvenților –</p>	

- instrument de management al calității procesului. In: Sport.
7. Calugher V., Branîște Gh., Branîște T., Dorgan V. The modernization of higher education of physical culture from the Republic of Moldova in the context of the knowledge based society. In: The challenges of communication. Contexts and strategies in the world of globalism. Section: Communication, Education Sciences, Psychology and Sociology, Arhipelag XXI Press/2018, ISBN: 978-606-8624-00-6, pag.19-24.
 8. Calugher Viorica, Gheorghe Branîște, Ecaterina Lungu. The Adaptation Of Physical Culture Higher Education Offer To The Labour Market. In: ICPEK 2018, International Congress of Physical Education, Sports and Kinetotherapy. Education and Sports Science in the 21st Century, Edition dedicated to the 95th anniversary of UNEFS. The European Proceedings of Social @ Behavioural Sciences, ISSN: 2357-1330.
 9. Cartaleanu T., Cosovan O., Goraș-Postică, V., Lisenco S., Scifos L. Formarea competențelor prin strategii didactice interactive, Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2008.
 10. Consilierea și orientarea în carieră – ghid pentru studenți și absolvenți. Universitatea Politehnică din București, Centrul de Consiliere și Orientare în Carieră, 2008.
 11. Cristea G., Managementul lecției. Editura Didactică și Pedagogică, București, 2007.
 12. Cucuș C., Pedagogie, ediția a II-a, revăzută și adăugită, Editura Polirom, Iași, 2006.
 13. Dalat Y. Ghidul reușitei tale profesionale, Editura Polirom, Iași, 2003.
 14. Dandara O. Ghidarea și proiectarea carierei în contextul educației permanente. Chișinău: CEP USM, 2012.
 15. Dandara O., Mija V. Proiectarea carierei și ghidarea în carieră: Suport metodologic pentru elevii și cadrele didactice din învățământul secundar vocațional-tehnic. CEP USM, Chișinău, 2014.
 16. Jigău M. Consilierea carierei. Compendiu de metode și tehnici. Editura SIGMA, București, 2007.
 17. Gheorghe A., Mățan I., Maței M. Dirigenția și consilierea. Ghid metodologic. Editura Alexandru Gheorghe, Craiova, 2004.
 19. Goleman D. Inteligența emoțională, Editura Curtea Veche, București, 2001.
 20. Colwell P. Cheia succesului, Editura Polirom, Iași, 2003.
 21. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: ghidul profesorului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
 22. Gulei M-E., Serea A. Orientarea și consilierea în carieră: manualul elevului. Editura Spiru Haret, Iași, 2011.
 23. Guțu Vl. (coord.), Educația centrată pe cel ce învață. Ghid metodologic, CEP USM, Chișinău, 2009.
 24. Guțu Vl. (coord.), Psihopedagogia centrată pe copil, CEP USM, Chișinău, 2008.
 26. Ionescu M., Radu I. Didactica modernă, Cluj-Napoca, Editura Dacia, 2001.
 28. Lemeni G., Axente, A. Consiliere și orientare. Ghid de educație pentru carieră. Activități pentru clasele IX-XII/SAM, 2004.
 29. Lemeni G., Miclea, M. Consiliere și Orientare. Ghid de educație pentru carieră, 2010.
 30. Minder M., Didactica funcțională. Obiective, strategii, evaluare, Ed. Cartier, București, 2003.
 31. Măgurianu L. A., Azoitei, N. D. Un ghid mic pentru o carieră mare. ediția a II-a revizuită, Asociația Alternative Sociale, Iași, 2006.
 32. Nicu A. Strategii de formare a gândirii critice, Editura Didactică și Pedagogică,

- București, 2007.
33. Salomia E., Marcinschi, M. Ghidul carierei mele. București: Centrul Educația 2000+, 2002.
35. Scifos L., Goraș-Postică V.ș.a., O competență-cheie: a învăța să înveți. Ghid metodologic, Chișinău, C. E.PRO DIDACTICA, 2010.
36. Succesul profesional: ghidul profesorului și al consultantului voluntar/ Junior Achievement Romania, București, 2012.
37. Papuc I., Albu M., Jurcău N. Procesul decizional managerial în sfera educațională, 2011. 38. Pease A., Garner A., Limbajul vorbirii-arta conversației. Editura Polimark, București, 1994.
39. Temple Ch., Steele J.L., Meredith K.S. Aplicarea tehnicilor de dezvoltare a gândirii critice. Centrul Educațional PRO DIDACTICA, Chișinău, 2003.
40. Tomșa Gh. Consilierea și orientarea în școală. Casa de Editură Viața Românească, București, 1999.
41. Ghica Vasile (1998). Ghid de consiliere și orientare școlară pentru orele de dirigiență, Iași: Polirom.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova

str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024

www.usefs.md

tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Securitate Civilă și Publică					
Denumirea cursului		Filosofie/Politologie					
Titularul cursului		Leșcu Artur					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 01 A. 07	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	6	Limbă de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	90	Studiu individual	90	Total ore pe semestru			180
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@ gmail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		180	60	30	-	90	
Nota de prezentare	<p>Azi știința politică și filosofia constituie o parte integrantă din studiile și activitatea practică a fiecărui cetățean. Necesitatea formării și pregătirii profesionale a tineretului studios în conformitate cu noile cerințe ale timpului, a racordării învățământului din Republica Moldova la standardele europene, studiul politologiei și a filosofiei a devenit un imperativ al timpului. Studenții trebuie să posede adânci cunoștințe politice, să cunoască ce prezintă fenomenul politic ca fenomen social. Numai în acest caz specialistul de mâine poate deveni o personalitate integră, un subiect de sine stător, apt să înțeleagă sensul diferitor acțiuni politice și sociale, de a lua decizii și să acționeze responsabil. Cursul de față își pune scopul de a răspunde acestor stringente nevoi de expunere și tratare a noțiunilor fundamentale ale domeniului politic, și al celui filosofic, de a contribui ca tineretul studios să însușească temeinic aceste cunoștințe, la formarea unei înalte culturi civice și politice ce se impune ca o condiție esențială.</p> <p>A învăța să gândim în termeni politici și filosofici înseamnă a cultiva</p>						

imaginația. Cursul își pune drept scop o inițiere a studenților în politologie și filosofie ca științe și ca discipline de învățămînt. Va fi un pas în formarea competențelor politice și filosofice la studenți, indiferent de domeniul în care vor lucra, vor fi cetățeni capabili să cunoască, să înțeleagă și să-și explice viața socială, viața politică, să acționeze conștient pentru o schimbare spre bine. Cursul va contribui ca studenții să-și fundamenteze deciziile pe argumentele faptelor cunoscute în societate. Cursul va ajuta ca studenții să poată comunica eficient, să fie deschiși pentru a înțelege alte culturi, alte fenomene politice, să înțeleagă în general lumea în care trăiesc și care trebuie să o schimbe spre un viitor mai frumos. Cursul va ajuta la formarea unui orizont cultural și politic mai larg și înțelegerea realității sociale, politice în care trăim pentru a putea acționa în vederea îmbunătățirii atât a vieții personale, cât și a vieții sociale, politice.

Orice specialist azi, chemat să ia decizii constructive în domeniul său de activitate, poate să facă față acestui lucru numai în cazul cînd va înțelege fenomenul politic, fenomenul social. Noțiunile „*politica*” și „*filosofia*” se deosebesc prin polisemantismul său. *Politica și filosofia* ca fenomene sociale, *în același timp*, sunt unele din cele *mai importante activități* ale omului legate cu relațiile de putere în societate și, totodată, sunt și activități a statului și a instituțiilor sale privind conducerea cu diferite sfere ale societății, un curs strategic. Cursul prezent la modulul „*Filosofie/Politologie*” își pune scopul de a contribui la acest lucru nobil. Studenții vor primi cunoștințe despre *obiectul și metoda științei politice și filosofiei*, funcțiile politologiei și filosofiei, va fi elucidat locul politologiei și filosofiei în cadrul științelor *socio – umane*, pe larg se prezintă evoluția gândirii politice și filosofice universale pe parcursul istoriei, evidențiind stadiul actual al dezvoltării acestor științe. Însușirea programului va permite ca studenții să aibă cunoștințe cu privire la societate, politică, esența puterii politice, statului, democrației, societății civile, relațiile și procesele politice, cultura politică, subiecții politici etc

Studenții vor putea să distingă sistemele și regimurile politice, vor obține cunoștințe privind partidele, sistemele electorale, se vor orienta în situațiile de conflicte sociale, vor putea analiza procesele relațiilor internaționale, politica externă situația geopolitică, locul și rolul Republicii Moldova în lumea contemporană.

Prin socializare, formarea unei înalte *culturi politice și filosofice*, absolvenții instituțiilor superioare de învățămînt vor fi în stare să aplice cunoștințele sale politice și filosofice în viața de toate zilele, în activitatea lor profesională, le va ajuta de a-și forma propriile criterii de apreciere a activităților politice, fenomenelor sociale, în genere. Însușirea cursului va fi de mare folos celor care se vor încadra direct în diferite domenii din viața societății.

Cursul prin temele sale inserează realizările politologiei contemporane, prezintă concepțiile de bază a uneia sau altei întrebări. În acest scop modulul se fundamentează pe o *largă documentare materială*: se folosesc pe larg publicațiile, lucrările, manualele ce se referă la obiectul de studii ale autorilor din Statele Unite ale Americii, Germania, Franța, Italia, Rusia, România, Republica Moldova.

Modulul întregeste realizările și experiența predării științei politice la etapa actuală cu specificul predării politologiei în cadrul Universității de Stat de

	<p>Educație Fizică și Sport.</p> <p>Programul este o elabrorare originală care permite de a însuși problematica politologiei. Pentru aprecierea cunoștințelor vor fi folosite teste. Este prezentată o bogată bibliografie.</p>					
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale: Presupun un bogat sitem de cunoștințe despre:</p> <ul style="list-style-type: none"> - geneza științei politice și filosofice; - personalitățile care au contribuit la instituționalizarea științei politice și filosofiei; - funcțiile politologiei și filosofiei; - etapele de constituire a politologiei și filosofiei; - rolul și locul politologiei și filosofiei în structura științelor socioumane; - politică, sistemul și regimul politic, filosofia; - concepțiile politologiei și filosofiei contemporane. <p>Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - deprinderi de înțelegere a fenomenului politic; - capacitate de a explica rolul, și funcționarea instituțiilor sistemului politic; - putere de convingere; - spirit analitic față de procesele care au loc în viața politică și în viață; - accesibilitate, simplitate în prezentarea informațiilor și interpretarea fenomenelor; - gândire și imaginație despre procesele globalizării, relațiilor internaționale 					
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze cauzalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p>La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul politologie și filosofiei; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze ideologiile politice din țară; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Obiectul de studiu și problematica Filosofiei	6	2	1	3
	2	Filosofia Orientului Antic: Mesopotamia, Egipt, India și China Antică	6	2	1	3
	3	Filosofia Greciei Antice: perioada presocratică, clasică și perioada elenistă	6	2	1	3
	4	Filosofia medievală	6	2	1	3
	5	Filosofie epocii Renașterii	6	2	1	3
	6	Filosofia modernă	6	2	1	3
	7	Filosofia contemporană: orientări și stiluri de gândire	6	2	1	3
	8	Gândire filosofică națională	6	2	1	3
	9	Concepte fundamentale ale ontologiei	6	2	1	3
	10	Determinismul, principiul devenirii	6	2	1	3
	11	Gnoseologia și Epistemologia	6	2	1	3
	12	Antropologia	6	2	1	3
	13	Axiologia	6	2	1	3
	14	Cultura românească în epoca modernă	6	2	1	3
	15	Cultura națională contemporană	6	2	1	3
	16	Politologia – obiect de studiu științific	6	2	1	3
	17	Gândirea politică în istoria umanității	6	2	1	3
	18	Puterea politică	6	2	1	3
	19	Sistemul politic	6	2	1	3
	20	Regimul politic	6	2	1	3
	21	Statul, element principal a sistemului politic	6	2	1	3
	22	Partidele politice și sisteme electorale	6	2	1	3
	23	Elita politică	6	2	1	3
	24	Liderismul politic	6	2	1	3
	25	Cultura politică	6	2	1	3
	26	Conștiința politică	6	2	1	3
	27	Ideologii politice	6	2	1	3
	28	Politica externă și relațiile internaționale	6	2	1	3
	29	Politica și sportul	6	2	1	3
	30	Lecție de totalizar, generalizare și sinteză	6	2	1	3
	Total		180	60	30	90
Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbatere, poate fi curs mixt						

<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului</p>	<p>prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaic), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
<p>Strategiile de evaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i> diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> se va realiza prin susținerea/prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează două lucrări de control (testări).</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea de prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<ol style="list-style-type: none"> Almond Gabriel A., Știința politică: istoria disciplinei. -Manula de știință politică / ed.: Robert E. Goodin, Hamns – Dieter Klingemann; trad.: Irina Ana Kantor, Ileana - Cristina Stănuș, Romana Careja... – Iași: Polirom, 2005. P. 60 – 97. Aristotel, Statul, editura Antet, București 2003. Aristote, Politica, editura Antet, București 2003. Beniuc V., Politologia, Chișinău, 2000. Dicționarul marilor gânditori politici ai secolului XX (coordonatori Robert Benewick și Philip Green), Editura Artemis, 2002 Efremov V. Politologie. Teste.-Ch., 2009. Efremov V. Politologie: Știință și disciplină de studiu. Ch., 2010. Efremov V. Evoluția gândirii politice. – www.perspectiva.md Enciu N. Politologia. – Chișinău: Civitas, 2005 Fischella D., Știința politică: probleme, concepte teorii / Domenico Fischella; trad. Șipostf. De Vixctor Moraru. – Iași: Polirom, 2007 Lijphart, Arend – Modele ale democrației, Polirom, Iași, 2006 Miroiu, Adrian - Fundamentele politicii (volumele 1 și 2), Polirom, Iași, 2006 Mungiu-Pippidi, Alina (coord.) – Doctrină politică, Polirom, Iași, 1998 	

14. Mitran I., Politologia în fața secolului XXI., București, 1997.
15. Moșneaga V., Politologia, Chișinău, 1999
16. Nay, Oliver – Istoria ideilor politice, Iasi: Polirom, 2008
17. Oxford. Dicționar de politică (coord. Lain Mclean), Editura Universul enciclopedic, București, 2001
18. Rusnac Gh., Moșneaga V., Varzari P., Politologia – știință și disciplină de studiu. - Politologie: manual pentru specialitățile nonprofil. Univ. De Stat din Moldova. FRIȘPA. Catedra Politologie și Educație Civică. – Ch.: CEP USM, 2007
19. Rusnac Gh. Știința politică în Republica Moldova la etapa actuală // MOLDOSCOPIE (Probleme de analiză politică). Nr. 2 (XXXVII), 2007. – Chișinău: CEP USM, 2007.
20. Țirdea, Bogdan Noroc L., Politologie, Chișinău, 2008
21. Anton I. Adămuț, Filosofia Sfintului Augustin, editura Polirom 2001
22. Boboc A., Mihai N., Filosofia contemporană. Principalele orientări și stiluri de gândire, Chișinău, 1993.
23. Capcea V., Filosofie, ed. a 3-a, revăzută și adăugită, Chișinău, Arc, 2002
24. Cazan Gh., Istoria filosofiei românești, București, Ediția Didactică și Pedagogică, 1984
25. Kant Im. Critica Rațiunii Pure. București, Polirom 2007.
26. Filosofia contemporană, București, Caramond, 1999.
27. Filosofie neokantiană în texte, București 1993
28. Georgescu D., Lăcătuș M., Mari filosofi ai lumii, București, ed. Didactică și Pedagogică, 1995
29. Istoria filosofiei. sub. red. lui M. Bulgaru, vol. I, II, Chișinău, 1999
30. Nietzsche F., Amurgul idoloilor, Cluj-Napoca, 1990
31. Mirioan M., Filosofie, București, ed. didactică și pedagogică, 1993
32. Muscă Vasile, Introducere în Filosofia lui Platon, editura Polirom, 2002



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

Facultatea P. P. S.
tel.: 022 31-10-09
E-mail:

decanatpef@gmail.com
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Securitate Civilă și Publică					
Denumirea cursului		Atletism					
Titularul cursului		Cravciuc Gheorghe					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S.01.O.09	Anul	I	Semestrul	I
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Atletism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	atletism.usefs@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	-	-	60	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii “Atletismul” este partea componentă a planului de învățământ al anului I, secția zi și frecvență redusă, și are scopul de a pregăti specialiști în domeniul SCP în aspect formativ, aplicativ și integrativ la facultatea de PPS a USEFS.</p> <p>Curriculum-ul disciplinei “Atletismul” este un document reglator ce reflectă temeinic cadrul conceptual, obiectivele generale și de referință, conținuturile, referințele bibliografice didactice de bază în domeniul atletismului pentru pregătirea cadrelor calificate, în cadrul instituției, a unei personalități complexe, capabile de a aplica cunoștințele și competențele obținute și a se integra eficient în activitatea profesională în domeniul SCP.</p> <p>Astfel, considerăm că curriculum-ul vizat va constitui un reper teoretic și practic aplicativ eficient, în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul SCP.</p>						

<p style="text-align: center;">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Aplicarea fundamentelor teoriilor specifice, care reflectă cele mai semnificative probleme ale atletismului;</p> <p>Cunoașterea istoriei dezvoltării atletismului</p> <p>Utilizarea metodologiilor de analiză a probelor atletice;</p> <p>Proiectarea, organizarea și desfășurarea concursurilor de atletism.</p> <p>Instruirea tehnicii probelor de atletism.</p> <p>Cunoașterea și aplicarea în practică a metodicii dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din domeniul atletismului.</p> <p>Perfecționarea capacităților motrice combinate și complexe, necesare pentru realizarea obiectivelor de bază în domeniul SCP.</p> <p>Formarea culturii mișcărilor conform cerințelor probelor atletice.</p> <p>Competențe transversale:</p> <p>Disciplina este partea componentă a sistemului de învățământ în domeniul atletismului.</p> <p>Ea are menirea de abordare teoretică, practică și aplicativă a principalelor aspecte specifice, cuprinzând cele mai semnificative probleme în domeniul SCP.</p>
--	---

TEMATICA ȘI REPARTIZAREA ORELOR

Nr. crt.	T E M E L E C U R S U L U I	Numărul de ore					
		zi			f/r		
		Pr.	Pr- m.	Ind.	Pr.	Pr- m.	Ind.
	Introducere în obiect. Istoria dezvoltării atletismului.				2		
	Metodica dezvoltării calităților motrice prin aplicarea mijloacelor din atletism.				2		
1	Instruirea tehnicii marșului sportiv		2	2			2
2	Instruirea tehnicii alergării de viteză		4	4		2	2
3	Instruirea tehnicii alergării de semifond - fond		4	4		2	2

4	Instruirea tehnicii alergării de garduri		2	2			2
5	Instruirea tehnicii de ștafetă		4	4		2	2
6	Instruirea tehnicii săriturii în lungime		4	2		2	2
7	Instruirea tehnicii săriturii în înălțime		2	2		2	2
8	Instruirea tehnicii săriturii triple		2	2			2
9	Instruirea tehnicii aruncării greutății		4	2		2	2
10	Instruirea tehnicii aruncării discului		4	2		2	2
11	Instruirea tehnicii aruncării suliței		4	2		2	2
12	Dezvoltarea calității motrice „forța”		4	2			8
13	Dezvoltarea calității motrice „viteza”		4	2			8
14	Dezvoltarea calității motrice „forța-viteza”		4	2			8
15	Dezvoltarea calității motrice „rezistența”		4	2			8
16	Dezvoltarea calității motrice „suplețea”		4	2			8
17	Dezvoltarea calității motrice „îndemânarea”		4	2			8
	Total (ore)		60	30	4	16	70

Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	Formele principale ale instruirii sunt cursul practic, seminarul. Cursul este organizat sub formă de lecții practice. lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: lecții de însușire a tehnicii probelor atletice, dezvoltarea calităților fizice necesare studenților în profesia aleasă. Metode de lucru: expunerea, explicația, demonstrarea exercițiilor, controlul pregătirii fizice a studenților.
---	--

Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire fizică a studenților prin testare. .</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> se efectuează sub forma a cinci normative de control..</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	40%
	Nota de la activitatea la lecțiile practice	20%

BIBLIOGRAFIA

1. Cecilia Gevat, Alin Larion „Lecții de atletism” Ovidius University Press, Constanța 2003.
2. Didactica educației fizice și sportului / Gloria Rață. – Iași: PIM, 2008.
3. Mihăilescu Liliana Niculina. Atletism în sistemul organizațional. – Pitești. Editura Universității din Pitești, 2006.
4. Легкая атлетика: Учебник для ин-тов физ. культ. / Под ред. Н.Г.Озолина, В.И. Воронкина, Ю.Н.Примакова. – изд. 4-е, доп., перераб. М.: Фис., 1989.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Drept administrativ
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Arhiliuc Sergiu
Cadre didactice responsabile	Arhiliuc Sergiu
e-mail:	sergiu.arhiliuc@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F 02 O. 10	4	1	2	120	60	20	60	100

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Cursul de Drept administrativ vine să ofere studenților competențe elementare, dar și să formeze viziuni și priceperi despre modul cum este structurat statul la general și în special autoritățile administrației publice, dar și cum activează puterea executivă. Astfel, clar determinând locul și rolul ordinii și securității publice într-o societate democratică.

Piața contemporană înaintază față de specialistul în protecție pază și securitate cerințe avansate. Prin urmare și pregătirea acestuia trebuie să fie atât de complexă, încât să facă față tuturor provocărilor. În acest context pe lângă pregătirea specifică și fizică agentul în protecție pază și securitate are nevoie și de competențe juridice pentru a cunoaște structura și modul de funcționare a statului de drept și a societății democratice. Iar, cursul de Drept administrativ vine să ofere asemenea competențe, fapt ce îi permite organic să se integreze în programul de studii.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Cursul de Drept administrativ dezvoltă la studenți competențe: de a învăța să învețe; de a comunica în limba de stat utilizând un limbaj argumentat științific; de a utiliza tehnologii inclusiv informaționale și comunicaționale; interpersonale, civice și morale de a acționa în diferite situații de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale, dar și de a manifesta o poziție activă civică,

solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie; autocunoaștere și autorealizare; dar și competențe profesionale de cunoașterea și înțelegerea structurii și principiilor activității organelor securității statului și a organelor de ocrotire a normelor de drept.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să identifice principiile, elementele și locul dreptului administrativ în sistemul de drept;
- să determine cercul de subiecte a raporturilor juridice administrative;
- să descrie sistemul și modul de activitate a autorităților administrative;
- să relateze despre mecanismele de control și de aplicare a răspunderii juridice în procesul activității administrative;
- să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale ale dreptului administrativ, a răspunderii administrative, procedurilor și sancțiunilor administrative.

II. La nivel de aplicare

- să evedențieze și să clasifice, diverse noțiuni și instituții ale dreptului administrativ;
- să stabilească gradul de interacțiune dintre diferite elemente ale activității administrative în stat;
- să identifice gradul de interacțiune dintre interesul public și interesul privat;
- să explice noțiunile și principiile fundamentale ale dreptului administrativ;
- să interpreteze corect normele dreptului administrativ și să utilizeze actele normative la rezolvarea cauzelor concrete din domeniu;

III. La nivel de integrare

- să aprecieze tendințele legislației în ceea ce privește reglementarea statutului juridic al participanților la raporturile administrative.
- să identifice problemele existente în ceea ce privește formele, metodele și alte mecanisme juridice de realizare a activității executive în stat.
- să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației în domeniul dreptului administrativ.
- să evalueze starea funcțională și nivelul organizatoric al instituțiilor din domeniu administrației publice și care aplică prevederile dreptului administrativ.

Precondiții

Studii liceale finalizate cu susținerea examenului de bacalaureat, adică Diploma de bacalaureat sau un alt act echivalent de studii.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual		
			Curs		Seminar		Laborator				
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R	

1.	Noțiunea și principiile administrației publice.		2	-	2	-	-	-	4	6
2.	Dreptul administrativ ca ramură de drept și ca știință		4	-	4	-	-	-	6	10
3.	Caracteristica generală a autorităților (organelor) administrației publice		2	2	2	2	-	-	2	6
4.	Președintele Republicii Moldova		2	-	2	-	-	-	4	4
5.	Modul de constituire și funcționare a Guvernului Republicii Moldova		2	2	2	-	-	-	6	8
6.	Organele centrale de specialitate ale administrației publice		2	2	2	2	-	-	4	10
7.	Autoritățile administrației publice locale		2	2	2	2	-	-	6	10
8.	Caracteristica generală a serviciului public. Reglementarea funcției publice și a funcționarului public		4	-	4	2	-	-	10	14
9.	Persoanele juridice cu scop necomercial sau comercial, cetățenii și apatrizii ca subiecte ale dreptului administrative		2	-	2	-	-	-	4	6
10.	Formele de realizare ale administrației publice. Actele administrative ca formă principală în administrația publică		2	-	2	-	-	-	2	6
11.	Metodele de realizare ale administrației publice		2	-	2	-	-	-	4	6
12.	Contenciosul administrativ		2	2	2	2	-	-	4	8
13.	Legalitatea și disciplina în domeniul administrației publice		2	-	2	-	-	-	4	6
TOTAL			30	10	30	10			60	100

Conținutul unităților de curs

- Tema 1. :** 1. Noțiuni generale privind administrația, conducerea în domeniul social
2. Noțiuni generale și esența conducerii statale ca parte componentă a conducerii sociale
3. Noțiunea administrației publice și trăsăturile ei caracteristice
4. Principiile administrației publice (dreptului administrativ)
- Tema 2. :** 1. Noțiunea, obiectul și metoda de reglementare a dreptului administrativ.
2. Normele de drept administrativ: caracteristica, structura și clasificarea lor.
3. Raportul juridic administrativ: trăsăturile, elementele și clasificarea.
4. Noțiunea și sistemul subiectelor dreptului administrativ.
5. Izvoarele dreptului administrativ.
6. Sistemul dreptului administrativ.
7. Corelația dreptului administrativ cu alte ramuri de drept.
8. Știința dreptului administrativ.

- Tema 3. :** 1. Noțiunea și particularitățile autorităților (organe) administrației publice.
2. Clasificarea autorităților administrației publice.
3. Caracteristica generală a sistemul autorităților administrației publice..
- Tema 4. :** 1. Locul și rolul Președintelui Republicii Moldova în sistemul autorităților publice.
2 Modul de constituire, activitatea și actele Președintelui Republicii Moldova.
3 Încetarea mandatului și responsabilitatea Președintelui Republicii Moldova
- Tema 5. :** 1. Modul de constituire și funcționare a Guvernului.
2. Atribuțiile Guvernului.
3. Actele Guvernului
4. Încetarea mandatului și responsabilitatea Guvernului
- Tema 6. :** 1. Organizarea și funcționarea organelor centrale de specialitate ale administrației publice.
2. Atribuțiile organelor centrale de specialitate ale administrației publice.
3. Actele organelor centrale de specialitate ale administrației publice
- Tema 7. :** 1. Noțiuni generale privind administrația publică locală.
2 Caracteristica generală a statului autorităților administrației publice locale.
3 Caracteristica controlului administrativ al activității autorităților administrației publice locale.
- Tema 8. :** 1. Noțiunea, principiile de bază și categoriile de servicii publice.
2. Noțiunea și clasificarea funcțiilor și a funcționarilor publici.
3. Reglementarea administrativ-juridică a serviciului public.
4. Stimularea și răspunderea juridică a funcționarilor publici.
- Tema 9. :** 1. Statutul administrativ-juridic al organizațiilor necomerciale.
2. Statutul administrativ-juridic al persoanei juridice cu scop lucrativ (comercial) inclusiv al întreprinderii.
3. Statutul administrativ-juridic al cetățenilor Republicii Moldova, cetățenilor străini și apatrizilor.
- Tema 10. :** 1. Noțiunea și categoriile formelor de realizare a administrației publice.
2. Noțiunea și însemnătatea juridică a actelor administrative.
3. Clasificarea actelor administrative.
4. Cerințele înaintate față de actele administrative.
5. Nevalabilitatea actelor administrative și consecințele ei.
- Tema 11. :** 1. Noțiunea și esența metodelor administrației publice.
2. Corelația dintre convingere și constrângere în domeniul administrației publice.
3. Constrângerea administrativă: esența și categoriile.
- Tema 12. :** 1. Noțiunea de contencios administrativ.
2 Părțile în litigiile de contencios administrativ.
3 Obiectul acțiunii în contenciosul administrativ.
4 Competența jurisdicțională în contenciosul administrativ.
5 Procedura în contenciosul administrativ.
- Tema 13. :** 1. Noțiunea și însemnătatea legalității și disciplinei în domeniul administrației publice.
2. Noțiunea și sistemul mijloacelor de asigurare a legalității și disciplinei în procesul administrației publice.
3. Căile de întărire a legalității și disciplinei în domeniul administrației publice.

Strategii de evaluare

La evaluarea competențelor în funcție de scopurile urmărite, vom aplica:

- *evaluarea inițială* care se realizează la începutul ciclului de învățămînt;
- *evaluarea formativă*, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sunt parcurse unitățile de conținut. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, de înregistrare a progreselor obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea

ameliorării acestor progrese și raportării permanente la obiectivele operaționale. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.;

• *evaluarea rezumativă sau cumulativă*, realizată la sfârșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de *Drept procesual civil*. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină.

Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (*evaluarea orală și scrisă*) și complementare (*studiu de caz, rezolvare de spețe, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu*)

Bibliografie

a) Acte internaționale și regionale

1. Declarația Universală a Drepturilor Omului, adoptată de Adunarea Generală a O.N.U. la 10 decembrie 1948.
2. Convenția europeană pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale din 04.11.1950 și Protocoalele adiționale, ș.a.
3. Carta europeană a autonomiei locale, adoptată la Strasburg 15.10.85 și ratificată prin Hotărârea Parlamentului Republicii Moldova nr.1253-XIII din 16.07.97
4. Codul bunelor practici în materie electorală, adoptate de Comisia Europeană pentru Democrație prin Drept (Comisia de la Veneția) în cadrul celei de-a 52-a Sesiuni Plenare (Veneția, 18-19 octombrie 2002)

b) Acte normative naționale

1. Constituția Republicii Moldova , (adoptată la 29 iulie 1994 și în vigoare de la 27 august 1994).
2. Codul administrativ al Republicii Moldova nr.116 din 19.07.2018 (Publicat : 17.08.2018 în Monitorul Oficial Nr. 309-320 art Nr : 466 Data intrării in vigoare : 01.04.2019)
3. Codul contravențional al Republicii Moldova nr. 218-XVI din 24 octombrie 2008 (Monitorul Oficial al Republicii Moldova (în continuare Mon. Of. al RM) din 16 ianuarie 2009, nr. 3-6, art. 15) (Codul cu privire la contravențiile administrative din 29 martie 1985)).
4. Codul electoral adoptat prin Legea nr.1381 - XIII din 21 noiembrie 1997 (Mon. Of. al RM din 8 decembrie 1997, nr. 81, art. 667).
5. Lege nr.136 cu privire la Guvern din 07 iulie 2017, (Mon. Of. Nr. 252 din 19.07.2017 art Nr : 412).
6. Lege nr.764-XV din 27 decembrie 2001 privind organizarea administrativ-teritorială a Republicii Moldova (Mon. Of. al RM din 29 ianuarie 2002, nr. 16, art. 53).
7. Lege nr. 435-XVI din 28 decembrie 2006 privind descentralizarea administrativă (Mon. Of. al RM din 2 martie 2007, nr. 29-31, art. 91).
8. Lege nr.436-XVI din 28 decembrie 2006 privind administrația publică locală (Mon. Of. al RM din 9 martie 2007, nr. 32-35, art.116).
9. Lege nr.768-XIV din 2 februarie 2000 privind statutul alesului local (Mon. Of. al RM din 24 martie 2000, nr. 34, art.231).
10. Legea nr.158-XVI din 4 iulie 2008 cu privire la funcția publică și statutul funcționarului public (Mon. Of. al RM din 23 decembrie 2008, nr. 230-232, art. 840).
11. Legea integrității, nr. 82 din 25 mai 2017 (Mon. Of. al RM din 07-07-2017, Nr. 229-243 art. 360).
12. Lege nr.837-XIII din 17 mai 1996 cu privire la asociațiile obștești (Mon. Of. al RM din 23 ianuarie 1997, nr. 6, art. 54).
13. Lege nr.100 din 22-12-2017 cu privire la actele normative (Publicat : 12-01-2018 în Monitorul

Oficial Nr. 7-17 art. 34).

14. Legea nr.239-XVI din 13 noiembrie 2008 privind transparența în procesul decizional (Mon. Of. al RM din 5 decembrie 2008, nr. 215-217, art. 798).
15. Lege nr.320 din din 27.12.2012 cu privire la activitatea Poliției și statutul polițistului Publicat : 01.03.2013 în M.O. Nr. 42-47 art Nr : 145 Data intrării in vigoare : 05.03.2013
16. Lege nr.52-XIII din 04 aprilie 2014 cu privire la avocatul poporului (Mon. Of. al RM din 09 mai 2014, nr. 110-114, art. 278).

c) Hotărâri ale Parlamentului:

1. Concepția cu privire la politica de personal în serviciul public, aprobată prin Hotărârea Parlamentului Republicii Moldova nr.1227-XV din 18 iulie 2002 (Mon. Of. al RM din 29 august 2002, nr. 122-123, art. 985).
2. Regulamentul comisiilor administrative, aprobat prin Hotărârea Parlamentului R. M. nr.55 din 25 martie 2010 (Mon. Of. al RM din 21.05.2010, nr. 78-80, art. 225).

b) Decrete ale Președintelui Republicii Moldova:

- 1. Decretul Președintelui Republicii Moldova nr. 30 din 21 februarie 2021 „Privind structura Aparatului Președintelui Republicii Moldova” (Publicat : 19-02-2021 în Monitorul Oficial Nr. 51-56 art. 27).**
- 2. Decretul Președintelui Republicii Moldova nr. 1090 din 04 februarie 2019 „Privind aprobarea Regulamentului Aparatului Președintelui Republicii Moldova” (Mon. Of. al RM din 29.03.2019, nr. 111-118, art. 181), ș. a.**

e) Hotărâri ale Guvernului:

1. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova nr. 1104 din 28 noiembrie 1997 “Cu privire la modul de efectuare a expertizei juridice și înregistrării de stat a actelor normative departamentale” (Mon. Of. al RM din 29 ianuarie 1998, nr. 6-7, art. 10).
3. Regulamentele ministerelor și altor autorități administrative centrale, ș.a.

b) Literatură generală teoretică:

1. *Cobăneanu S.*, ș.a. Drept administrativ. Chișinău: „Tip. Centrală”, 2012, 324 p.
2. *Creangă Ion.* Curs de drept administrativ, Vol. I, Chișinău: Editura EPIGRAF. 2003, etc.
2. *Dvoracek Maria V.* Drept administrativ “noțiuni introductive”, Iași, 1993.
3. *Iorgovan Antonie.* Drept administrativ, partea I și a II, București, 1994 /
Tratat de drept administrativ, volumul I , București: editura “ALL BECK”, 2001, etc. incl. 2005; volumul II, București: editura “ALL BECK”, 2002, etc. incl. 2005
4. *Ioan Alexandru.* Structuri, mecanisme și instituții administrative. București, 1992; V. I și V. II (note de curs), editura “Sylvi”, 1996, etc./
Drept administrativ, București, 2005.
Administrația publică: teorii, realități, perspective, București: editura “LUMINA LEX”, 1999, etc. incl. 2007
5. *Manda Corneliu.* Drept administrativ, București, 2000, etc. incl. 2007.
6. *Negoită Alexandru.* Drept administrativ și știința administrației, București, 1993.
7. *Orlov Maria GH., Belicciu.* Drept administrativ (*note de curs*), partea I, Chișinău, 1999; partea II; Chișinău, 2000; 2001, etc.
8. *Preda Mircea.* Curs de drept administrativ, partea generală și specială, București, 1995 Tratat elementar de drept administrativ român, editura “LUMINA LEX”, 1996 /
Drept administrativ – partea generală, București: editura “LUMINA LEX”, 2000, 2006 / Drept administrativ – partea specială (cu sinteze tematice), București: editura “LUMINA LEX”, 2007.
9. *Prisăcaru Valentin I.* Tratat de drept administrativ român, partea generală, București, 1993; ediția II-a revăzută -1996, editura “ALL”, etc.

10. *Trăilescu Anto.* Drept administrativ. Tratat elementar, București: editura "ALL BECK", 2002, 2005
11. *Vedinaș Virginia.*, Drept administrativ, editura „Univers Juridic”, 2007.
12. *Алехин А. П., Кармолицкий А. А., Козлов Ю. М.*, Административное право Российской Федерации, Москва, 1998 г; 2000; 2001 г., etc.
13. *Бахрах Д. Н.*. Административное право, общая и особенная часть, Москва, 1997; 2000 г., etc.
14. *Козлова Ю. М., Попова Л. Л.* Административное право. Москва, 1999 г., etc.
15. *Козырина А. Н* Административное право зарубежных стран. Москва, 1996 г.

Drept Penal I



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Drept civil
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Cazacu Doina dr., conf. univ.
Cadre didactice responsabile	Gavriliuc Diana asistent.univ.
e-mail:	doina.cazacu@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F02 O.012	4	I	II	94	60	100		

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina „Dreptul civil. Partea generală” constituie punctul de plecare pentru studiul Dreptului privat, dar totodată constituie și punctul obligator de trecere pentru studiul Dreptului, în general, în toată complexitatea acestuia, cu toate ramurile și disciplinele lui.

Dreptul civil, ca ramură de drept reglementează relațiile sociale omogene, raporturile patrimoniale și personal nepatrimoniale dintre persoane fizice și juridice.

Studierea dreptului civil permite obținerea cunoștințelor în domeniu, creând un sistem de gândire specific, de logică juridică, astfel încât să fie posibilă identificarea soluțiilor și pentru situațiile necaracteristice, pentru care legislația nu vine cu un răspuns expres.

Încă din dreptul roman se cunosc două diviziuni fundamentale: drept public și drept privat. Dreptul privat cuprinde normele juridice aplicabile persoanelor fizice sau juridice și raporturile dintre ele vizând satisfacerea intereselor private individuale. Domeniul privat, în cazul dat, este reglementat de legislația civilă în vigoare, care prevede comportamentul indivizilor în sfera relațiilor private.

Studiul Dreptului civil, îndeosebi a instituțiilor „părții generale”, are un rol deosebit, deoarece problematica studiată permite înțelegerea noțiunilor introductive. În special accentuăm necesitatea studierii subiectelor: persoana fizică, persoana juridică, raportul juridic civil, actul juridic civil, reprezentanța, procura ș.a. De asemenea cursul își propune formarea abilităților de analiză și

sinteză, care ulterior, în cadrul cursurilor aprofundate de drept civil să fie utilizate cu succes. În acest sens, disciplina de studiu „Drept civil. Partea generală” oferă studentului mijloacele intelectuale necesare și anume principii generale juridice, precum și mijloace de logică juridică.

Programele de pregătire a specialiștilor în protecție, pază și securitate includ un bloc de discipline juridice chemate să completeze cu competențe juridice și pregătire profesională, printre acestea se include și disciplina de studiu „Drept civil. Partea generală”.

Pregătirea specialiștilor în domeniul protecției, pazei și securității implică formarea unui șir de aptitudini și abilități. Un specialist este nevoit permanent să gestioneze și soluționeze diverse litigii. Formarea logicii juridice corespunzătoare exigențelor actuale, va permite studenților sistematizarea cunoștințelor acumulate, stabilirea corelației dintre teorie și practică, identificarea soluțiilor și formularea propriilor puncte de vedere.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

A. Cunoștințe. Studentul va cunoaște

- să posede cunoștințe teoretice privind normele și instituțiile dreptului civil
- să indice obiectivele dreptului civil
- să determine obiectul de studiu al dreptului civil
- să definească conceptele fundamentale ale dreptului civil (toate subiectele raportului juridic civil sunt presupuse a fi de bună-credință, până la proba contrară, contractele trebuie să fie respectate (pacta sunt servanda), nimeni nu poate fi expropriat decât pentru o cauză de utilitate publică cu dreaptă și prealabilă despăgubire)
- să stabilească rolul civil în cadrul dreptului privat
- să determine corelația dintre doctrina dreptului civil și practica judiciară
- să relateze privind evoluția dreptului civil la diferite etape istorice de dezvoltare.

B. Capacități. Studentul va performa

- să identifice particularitățile aplicării legii civile în timp, spațiu și asupra persoanelor
- să interpreteze normele juridice civile ce reglementează raporturile juridice civile
- să argumenteze esența unor fenomene sau instituții de drept civil
- să clasifice situațiile aplicabile normelor dreptului civil la soluționarea altor raporturi juridice decât cele civile
- să aplice noile instituții ale Dreptului civil în contextul apariției și dezvoltării lor istorice și în concordanță cu reformele judiciare
- să aplice unele argumente de logică juridică, precum: analogia, *fortiori* și *per a contrario*

- să aplice cunoștințele teoretice la situațiile din practica judiciară

C. Atitudini. Studentul va manifesta:

- aptitudini de determinare a locului dreptului civil în cadrul dreptului privat precum și în cadrul sistemului de drept
- potențial de apreciere a corelației între doctrina și practica dreptului civil
- capacitatea de conștientizare a faptului că în Dreptul civil unele noțiuni pot avea și alte accepțiuni, diferite de cele din vorbirea curentă, din literatură ori din filozofie
- aptitudinea de elaborare a propunerilor de *lege ferenda*
- responsabilitate față de consecințele erorilor determinate de aplicarea incorectă a legii
- aptitudinea de a-și perfecționa continuu capacitatea de a putea opera cu prezumțiile întărite în legislația civilă
- capacitatea de analiză și evaluare a divergențelor dintre norme în cadrul unui act normativ, precum și între norme cuprinse între diverse acte normative.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să cunoască curente teoretice privind normele și instituțiile dreptului civil
- să indice principiile dreptului civil
- să determine obiectul de studiu și metoda de reglementare a dreptului civil
- să definească conceptele fundamentale ale dreptului civil
- să stabilească rolul civil în cadrul dreptului privat
- să determine corelația dintre doctrina dreptului civil și practica judiciară
- să relateze privind evoluția dreptului civil la diferite etape istorice de dezvoltare.

II. La nivel de aplicare

- să poată aplica regulile legii civile în timp, spațiu și asupra persoanelor
- să interpreteze normele juridice civile ce reglementează raporturile juridice civile
- să argumenteze esența unor fenomene sau instituții de drept civil
- să identifice situațiile aplicabile normele dreptului civil la soluționarea altor raporturi juridice decât cele civile
- să aplice noile instituții ale dreptului civil în contextul apariției și dezvoltării lor istorice și în concordanță cu reformele judiciare

- să aplice unele argumente de logică juridică, precum: analogia, deducția, inducția
- să pună în practică cunoștințele teoretice la situațiile din cazurile practice

III. La nivel de integrare

- să demonstreze cunoașterea instituțiilor dreptului civil și esența normelor juridice ce le reglementează.
- să aplice normele juridice în activitatea practică a de protecție, pază și securitate (să raporteze activitatea practică la normele juridice).
- să demonstreze capacitatea de previzibilitate, aptitudini de manevră juridică la realitățile sociale care impun și modificarea cadrului legal.
- să evalueze locul și rolul dreptului civil din perspectiva propriei specialități
- să evalueze modificările operate și/sau cele care urmează a intra în vigoare, din perspectiva previzibilității juridice
- stabilirea legăturii dintre Codul civil și legislația conexă

Precondiții

Activitatea didactică are ca scop final formarea multilaterală a personalității și înzestrarea acesteia cu competențe specifice, în cazul pregătirii profesionale. Astfel, activitatea didactică se realizează conform strategiilor didactice utilizând o gamă largă de mijloace și metode specifice.

Strategii didactice aplicate:

- **învățarea autonomă:** stimularea și formarea spiritului activ și de inițiativă; selectarea materialului aplicativ în învățarea autonomă; exersarea continuă; axarea pe motivarea individului; depășirea sau evitarea situațiilor de conflict și stabilirea căilor de soluționare a acestora; cultivarea toleranței și stimei față de alții.

- **studiul de caz :** consta din confruntarea studentului cu o situație reală de viață, prin a cărei observare, înțelegere, interpretare, urmează să realizeze un progres în cunoaștere. Studiul de caz, de cele mai multe ori, se realizează prin selectarea spețelor din practica judiciară pertinentă, astfel încât la subiectele propuse dezbaterilor, studentul să poată afla soluția dată de către o instanță judecătorească competentă. Etape ale studiului de caz:

a) alegerea cazului și conturarea principalelor elemente semnificative;

b) lansarea cazului, care poate avea loc în mai multe forme, între care lansarea ca o situație problematică;

c) procurarea informației în legătura cu cazul;

d) sistematizarea materialului, prin recurgerea la diverse metode;

e) dezbateri asupra informației culese, care poate avea loc prin diverse metode

f) stabilirea concluziilor și valorificarea proprie: un referat, o comunicare, o suită de

ipoteze de verificat în viitor, o hotărâre de luat.

În procesul educațional, studentul va fi ghidat spre:

- ✓ elaborarea și prezentarea comunicărilor scrise cu conținut teoretico-practic referitor la un subiect studiat din cadrul disciplinei;
- ✓ organizarea dezbaterilor asupra unor probleme de natură juridică privind interpretarea și aplicarea normelor de drept civil;
- ✓ elaborarea comunicărilor științifice bazate pe diverse subiecte și prezentarea lor publică.
- ✓ organizarea conferințelor științifice (anuale) în care sunt reliefate cele mai actuale probleme de drept și propuse soluții,
- ✓ elaborarea și publicarea unor articole științifice;
- ✓ elaborarea unor proiecte de hotărâri de judecată în urma soluționării spețelor soluționate;
- ✓ organizarea și participarea la discuții, mese rotunde sau conferințe cu studenții din alte grupe, universități.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Caracteristica generală a dreptului civil		2	1					4	8
2.	Izvoarele dreptului civil. Raportul juridic civil.		2	1	2				4	8
3.	Persona fizică- subiect al raportului juridic civil		4	2	4	1			8	12
4.	Persoana juridică-subiect al raportului juridic civil		4	2	4	1			4	8
5.	Obiectele raportului juridic civil		2	2	2	1			4	8
6.	Actul juridic civil		4	2	4				8	12
7.	Reprezentanța și procura		2	1	2				8	12
8.	Termenele în dreptul civil. Termele de prescripție		2	1	2				4	8
9.	Exercitarea și apărarea drepturilor subiective civile		2	1	2				4	8
10.	Aspecte generale privind dreptul obligațional. Teoria generală a contractelor civile		4	2	4	1			8	8
11.	Răspunderea juridică civilă. Răspunderea contractuală și răspunderea delictuală		2	1	4				4	6

Total		30	16	30	4			60	100
Conținutul unităților de curs									
<p>Tema 1. CARACTERISTICA GENERALĂ A DREPTULUI CIVIL Tema 2. IZVOARELE DREPTULUI CIVIL. RAPORTUL JURIDIC CIVIL Tema 3. PERSOANA FIZICĂ - SUBIECT AL RAPORTULUI JURIDIC CIVIL Tema 4. PERSOANA JURIDICĂ – SUBIECT AL RAPORTULUI JURIDIC CIVIL Tema 5. OBIECTELE RAPORTULUI JURIDIC CIVIL Tema 6. ACTUL JURIDIC CIVIL.</p> <p>Tema 7. REPREZENTANȚA ȘI PROCURA Tema 8. TERMENELE ÎN DREPTUL CIVIL. TERMENUL DE PRESCRIȚIE Tema 9. EXERCITAREA ȘI APĂRAREA DREPTURILOR SUBIECTIVE CIVILE Tema 10. ASPECTE GENERALE PRIVIND DREPTUL OBLIGAȚIONAL. TEORIA GENERALĂ A CONTRACTELOR CIVILE Tema 11. RĂSPUNDEREA JURIDICĂ CIVILĂ. RĂSPUNDEREA CONTRACTUALĂ RĂSPUNDEREA DELICTUALĂ</p>									
Strategii de evaluare									
<p>Evaluarea disciplinei se va realiza după următoarele metode:</p> <ul style="list-style-type: none"> - evaluare inițială (investigația) - evaluare formativă (examinări orale, autoevaluare) - evaluare sumativă (examen) 									

Bibliografie

Acte normative:

- Constituția Republicii Moldova din 20.07.1994// Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr.1 12.08.1994;
- Codul Civil al Republicii Moldova// Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr.82-86/661 22.06.2002;
- Codul de procedură civilă al Republicii Moldova din 30 mai 2003;
- Codul muncii al Republicii Moldova din 28 martie 2003;
- Codul vamal al Republicii Moldova din 20 iulie 2000;
- Codul fiscal din 24 aprilie 1997;
- Codul de executare al Republicii Moldova din 24 decembrie 2004.
- Codul cu privire la locuințe, adoptat prin Legea RSSM din 3 iunie 1983.
- Codul familiei din 26 octombrie 2000.. 8. Codul funciar din 25 decembrie 1991
- Legea nr.780-XV din 27 decembrie 2001 privind actele legislative // Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr.36-38, 2002.
- Legea nr. 173-XII din 6 iunie 1994 privind modul de publicare și intrare în vigoare a actelor oficiale // Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr.1, 1994.
- Legea nr. 75 din 30.04.2015 cu privire la locuințe, publicat :29.05.2015 în Monitorul Oficial nr.131-138, art Nr : 249, în vigoare : 29.11.2015;
- Legea Nr. 845 din 03.01.1992 cu privire la antreprenoriat și întreprinderi// Publicat :28.02.1992 în Monitorul Parlamentului Nr. 2 ;
- Legea Nr. 1134 din 02.04.1997 privind societățile pe acțiuni// Publicat :12.06.1997 în Monitorul Oficial Nr. 38-39 ;
- Legea Nr. 135 din 14.06.2007 privind societățile cu răspundere limitată// Publicat :17.08.2007 în Monitorul Oficial Nr. 127-130, data intrării în vigoare : 17.11.2007;
- Hotărârea Guvernului cu privire la Serviciul Stare Civilă nr.82 din 31.01.2008// Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr.28-29 art.150 din 08.02.2008.

Literatură recomandată:

1. Adam Ioan, **Regimul juridic al dobândirii și înstrăinării imobilelor, terenuri și construcții**, Editura „Europa Nova”, București, 1996.
2. Ardelean Grigore. **Dreptul civil: Drepturile reale principale. Teoria generală a obligațiilor**: Note de curs. Doctrină. Teste grilă. Spețe / Grigore Ardelean. – Chișinău: Cartea Militară, 2018 (Tipografia Academiei “Ștefan cel Mare” a MAI)
3. Baieș Sergiu, „**Posesiunea**” //Ghidul judecătorului în materie civilă și comercială a Republicii Moldova, Chișinău, 2004, p. 5-19.
4. Baieș Sergiu, „**Uzucapiunea**” //Ghidul judecătorului în materie civilă și comercială a Republicii Moldova, Chișinău, 2004, p. 20-36.
5. Baieș Sergiu, **Drept civil. Drept de proprietate. Legislație**, Chișinău, 1995.
6. Baieș Sergiu, Nicolae Roșca. **Drept civil. Partea generală**. Chișinău, 2011.
7. Bordian Mariana. **Dreptul civil. Suport de curs**. Chișinău, 2013.
8. Cazacu Doina. **Drept civil partea generală. Suport de curs în scheme**, Ed. a II-a revăzută și adăugită, Tipografia „Totex-Lux”, Chișinău, 2018
9. Chelaru Eugen, **Curs de drept civil. Drepturile reale principale**. Editura ALL Beck, București, 2000.
10. Chirtoacă Leonid. **Drept civil. Partea generală. Curs de lecții**. CEP USM. Chișinău, 2008.
11. Ciocîrlan Aliona. **Drept civil. Partea generală I**. Chișinău, 2010.
12. Colectiv de profesori. **Sub redacția Sergiu Baieș: Drept civil. Persoana fizică. Persoana juridică. Scheme, spețe, teste**. Tipografia centrală. Chișinău 2012.
13. Corneliu Bârsan, Maria Gaiță, Mona Maria Pivniceru, **Drept civil. Drepturile reale**, Institutul European, Iași, 1997.

14. Filipescu Ion P, Andrei I. Filipescu, **Дрепт цивил. Дрепт де проприетате ши алте дрептури реале**, ediție revăzută și completată, Editura ACTAMI, București, 2000.
15. Filipescu P.I., **Дрепт цивил, Дрептуриле реале**, București, 1992.
16. Gherasim D., **Теория генералă а posesiei în дрептл цивил ромън**, Editura Academiei, București, 1996.
17. G.Boroi., **Дрепт цивил. Partea Generală.**, Ed. Hamangiu, 2010
18. Lupulescu Dumitru, **Дрептл де проприетате комунă**, Editura Lumina Lex, București, 2000.
19. Stoica Valeriu, **Дрепт цивил, Дрептуриле реале principale**, Vol. I, Editura Humanitas, București, 2004.
20. Voicu Marin, **Дрептл де проприетате. Doctrină și jurisprudență а Curții Europene а Дрептурилор Омулуй**, Editura Lumina Lex, București 2003.
21. Voicu Marin, Mihaela Popoacă, **Дрептл де проприетате ши алте дрептури реале. Tratat de jurisprudență 1991-2002**. Editura Lumina Lex, București, 2002.
22. Баранина Е.А. **Вещные права в системе субъективных прав.** // Актуальные проблемы гражданского права: Сборник статей. Вып. 6/ Под ред. О. Ю. Шиловцова. Москва. 2003.
23. Богатых Елена. **Гражданское и торговое право**, часть 1, Москва, 1996 г.
24. Генкин Д. М., **Право собственности в СССР**, Москва, 1961 г.
25. **Гражданский кодекс Российской Федерации. Комментарий.** Под ред. М. И. Брагинского, Москва, 1995 г.
26. **Гражданское право**, под редакцией Ю.К. Толстого, А.П. Сергеева, часть 1, Издательство Теис, Санкт-Петербург, 1996 г.
27. **Гражданское право**, под редакцией Е.А. Суханова, Том 1, Издательство БЕК, Москва, 1998 г.
28. **Гражданское право**, под редакцией Е.А. Суханова, Том 2, Полутом 1, Москва, Волтерс Клувер, 2004 г.
29. **Гражданское право.** Том 1. Учебник. Под редакцией Ю.К. Толстого, А.П. Сергеева. Издательство Проспект. Москва, 2002 г.
30. Гусев А.Н. **Гражданское право.** Учебник. В 3 т. Т. 1. Москва, 2004.
31. Донцов С. Е., **Гражданско-правовые внедоговорные способы защиты социалистической собственности**, Москва, 1980 г.
32. Егоров Н. Д., **Право собственности в системе советско-гражданского права** /Правоведение, 1978, № 3.
33. Ерошенко А. А., **Личная собственность в гражданском праве**, Москва, 1973 г.
34. Иванова Н.Р. **Защита права собственности в арбитражном суде: Комментарий арбитражной практики.** Москва, 2000.
35. Камышанский В.П. **Право собственности: пределы и ограничения.** Москва, 2000.
36. Колпакова А.В. **Формы собственности и их соотношение** // Актуальные проблемы гражданского права. Под ред. С. С. Алексеева. Москва. 2000.
37. Копылов А.В. **Вещные права на землю в римском, русском дореволюционном и современном российском гражданском праве.** Москва, Статут, 2000.
38. Кочеткова Ю. А. **Соотношение вещно-правовых и обязателъственно-правовых способов защиты права собственности: древнеримские источники и современная Россия** // Актуальные проблемы гражданского права: Сборник статей. Вып. 2/ Под ред. М. И. Брагинского. Москва. 2000.
39. Кряжевских К. П. **Правовая природа самостоятельного распоряжения имуществом, приобретенным финансируемым собственником учреждением на доходы от «предпринимательской» деятельности** // Актуальные проблемы гражданского права: Сборник статей. Вып. 6 / Под ред. О. Ю. Шиловцова. Москва. 2003 г.
40. **Научно-практический комментарий к Гражданскому кодексу Молдавской ССР**, под редакцией Яковлева В. Н., Давыдова В. И., Chișinău, 1987 г.
41. Скловский К.И. **Применение гражданского законодательства о собственности и владении. Практические вопросы.** Москва, Статус, 2004.
42. Скловский К.И. **Собственность в гражданском праве.** Москва, Дело, 2000.
43. Смышляев Д.В. **Особенности правового положения объекта незавершенного строительства** // Актуальные проблемы гражданского права. Под ред. С. С. Алексеева. Москва. 2000.
44. Харитонов Е.О., Сахиахметова Н.А. **Гражданское право Украины.** Учебник. Харьков, 2004.
45. Харитонов Е.О., Сахиахметова Н.А. **Гражданское право: Частное право. Цивилистика. Физические лица. Юридические лица. Вещное право. Обязательства. Виды договоров. Авторское право. Представительство.** Учебное пособие. Киев, 2003.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

FIȘA CURSULUI

Programul de studii		<i>Securitate civilă și publică</i>					
Denumirea cursului		Activitate particulară de detectiv și pază					
Titularul cursului		Nastas Andrei/Valeriu Gureu					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	-	Anul	I	Semestrul	II
Nr. credite	3	Limba de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	PPS	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedrapps@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	45	45	-	45	
Nota de prezentare	<p>Prezentarea istoriei investigațiilor private este dificilă dintr-un motiv simplu: cantitatea covârșitoare de material istoric, reprezentat pe scară largă în literatura relevantă, se referă la investigația de stat (informații, contraspionaj, anchetă politică, anchetă penală).</p> <p>Căutarea non-statală (privată) a găsit o reflectare în cronicile istorice, deși nu la fel de largă ca și căutarea de stat. Dar investigația privată, ca un fel de activitate antreprenorială (afacere), este prezentată sub aspect istoric foarte slab.</p> <p>O privire asupra surselor disponibile arată că ancheta privată a apărut odată cu dezvoltarea meșteșugurilor și a comerțului. Pentru o lungă perioadă de timp, a fost un mijloc de asigurare a securității activității antreprenoriale sub formă de informații private (afaceri, spionaj comercial, industrial) și contraspionaj privat.</p> <p>În același timp, subiecții investigației private au fost antreprenorii (comercianți, comercianți, meșteșugari, schimbători de bani, hangii etc.). Au folosit spioni, informatori, spioni care, contra cost, sub constrângere și, uneori, dezinteresat, au colectat informații pentru ei.</p> <p>Suportul curricular oferit este destinat predării investigațiilor private, care au devenit posibile în spațiul fostei URSS odată cu apariția relațiilor de</p>						

	<p>piață. Acea parte a cititorilor care sunt familiarizați cu activitatea detectivistă numai din literatura și filmele detectivistice o pot considera un ghid de autoinstrucțiune, ajutând la scăparea amatorismului în înțelegerea esenței unui caz atât de dificil, care este investigația privată.</p> <p>În activitatea de detectiv privat, nu se poate face fără elemente de activități de inteligență și contraspionaj, fără utilizarea tehnicilor de obținere și prelucrare a informațiilor, fără respectarea principiilor conspirației.</p> <p>Activitatea de investigație este imposibilă fără suport informațional, prin urmare utilizarea eficientă a resurselor informaționale este cea mai importantă componentă a activității detectivului. Temele relevante acoperă principalele surse de informații, cum ar fi persoane, documente, baze de date computerizate etc.</p> <p>Totodată, curricula respectivă constituie un ghid practic în vederea elaborării referatelor, lucrărilor de curs, de licență și de master, precum și pentru elaborarea comunicărilor și articolelor științifice potrivit domeniului respectiv de specialitate, care devine un subiect destul de discutabil la etapa actuală.</p> <p>Din acest considerent, aportul ce îl aduce această disciplină de bază pentru sfera de activitate a Activității Particulare de Detectiv și Pază, considerabil servește drept temei de familiarizare și transpunere în practică noile metode și bunele practici occidentale în vederea dezvoltării bazei juridice pentru Republica Moldova.</p> <p>Evidențiem faptul că curricula analitică a fost discutată și aprobată, în cadrul <i>Catedrei PPS USEFS</i>, unde sunt specificate competențele și obiectivele acestei discipline specific în contextul Activității Particulare de Detectiv și Pază pentru securitatea și ordinea publică.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea fundamentelor teoretice în activitatea particulară de detectiv și pază; • Elaborarea și gestionarea proiectelor, planurilor, programelor și acțiunilor de dirijarea și coordonare a orientării sportive; • Utilizarea metodologiilor de analiză comparativă a doctrinelor de specialitate pe acest domeniu; • Abilități de instruire în materia activității particulare de detectiv și pază; • Soluționarea diverselor situații în vederea luării deciziilor potrivit studiilor cazuistice. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Demonstrarea cunoașterii activității particulare de detectiv și pază, inclusiv și a cadrului juridic adecvat; ▪ Aplicarea tehnici moderne de protecție în activitatea particulară de detectiv și pază în sfera practică; • Evaluarea corectă pe diverse situații privind activitatea particulară de detectiv și pază în baza cunoștințelor avute.
	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p>

<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să perceapă conceptul APDP în corelație cu sectorul de protecție, pază și securitate; ▪ să cunoască cadrul normativ național în domeniul APDP; ▪ să reproducă bazele APDP potrivit cadrului juridic național. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să valorifice competențele privind APDP; ▪ să utilizeze instrumentariul managerial în activitatea APDP; ▪ să valorifice cunoștințe, deprinderi și experiențe în exercitarea actului managerial al APDP. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să asigure un regim inviolabil de activitate profesională APDP în interacțiune cu persoanele abilitate și organele de resort; ▪ să identifice și să soluționeze probleme privind APDP; ▪ să opereze tehnici moderne și strategii de investigații private în sistemul APDP. 					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	<p>N/o</p>	<p>Conținuturile unității de curs/modul</p>	<p>Numărul de ore</p>			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Aspecte introductive privind activitatea particulară de detectiv și pază	3	3	2	4
	2	Bazele teoretico-practice în activitatea particulară de detectiv	2	3	2	4
	3	Condițiile de licențiere și restricțiile în activitatea particulară de detectiv și pază	4	3	1	4
	4	Competența autorităților publice centrale și locale de specialitate în activitatea particulară de detectiv și pază	2	3	2	6
	5	Reglementări specifice în activitatea particulară de detectiv	5	3	2	6
	6	Reglementări specifice în activitatea particulară de detectiv	4	3	2	4
	7	Reglementări specifice în activitatea particulară de pază	4	3	1	4
	8	Paza internă – condițiile aplicării forței fizice, mijloacelor speciale și a armei de foc în cadrul APDP	4	3	1	5
	9	Controlul și încetarea activității în cadrul APDP	5	3	1	4
	10	Răspunderea detectivilor angajați cu contracte de muncă și a celor care desfășoară activitatea ca profesie independentă	4	3	1	4

	Total	45	30	15	45
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul inclusiv și activitatea individuală. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată.</p> <p>Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală		100%		
	Nota pentru evaluarea finală		40%		
	Nota evaluarea curentă		20%		
	Nota de la activitatea la prelegeri și seminare		20%		
	Nota lucrul individual		20%		
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Legea Nr. 283 din 04-07-2003 privind activitatea particulară de detectiv și de pază, Publicat : 19-09-2003 în Monitorul Oficial Nr. 200-203 art. 769. 2. Legea Nr. 134 din 13.06.2008 cu privire la Serviciul de Protecție și Pază de Stat, Publicat : 08.07.2008 în Monitorul Oficial Nr. 120-121 				

art Nr : 470

3. Legea nr. 160 din 22.07.2011 privind reglementarea prin autorizare a activității de întreprinzător (<http://lex.justice.md/md/340497/>);
4. Regulamentul - tip al activității particulare de pază, Publicat : 19-09-2003 în Monitorul Oficial Nr. 200-203 art. 769.
5. Abraham P., Detectivi particulari în România, Editura Detectiv, București, 2006.
6. Niculeasa M. I., Profesiile liberale, Editura Universul Juridic, București, 2006;
7. Petrushka I., Asigurarea cadrului legal al detectivului particular în procesul penal al Republicii Moldova, Articol, p.29-34.
8. Țiclea A., Georgescu L., Dreptul muncii Curs universitar, Editura Universul juridic, București, 2019.
9. Țiclea A., Georgescu L., Dumitru I., Purcaru M., Noutati legislative, jurisprudențiale și doctrinare, Editura Universul juridic, București, 2018;
10. Țiclea A., Regimul juridic aplicabil detectivilor particulari și societăților specializate de protecției și pază, Suport de curs, București, 22p.
11. [https://ru.scribd.com/document/229519178/Suport-de-Curs-Detectiv-Particular-2](https://ru.scribd.com/document/229519178/Suport-de-Curs-Detectiv-Particular-2;);
12. <http://www.serviciipaza.md/ro/content/paza-tehnica>;
13. <https://mai.gov.md/ro/news/activitatea-organizatiilor-particulare-de-detectivi-si-de-paza-vizorul-ministerului>
14. <https://coollib.com/b/347384-valeriy-mihavlovich-zemlyanov-osnovyi-svisknogo-remesla>;
15. <http://legislatie.just.ro/Public/DetaliiDocument/45134>;
16. <https://servicii.gov.md/ServicePrint.aspx?id=b31b8909-6578-4752-b25d-f229d646bcbe>;
17. Горянинов К.К. и др. Оперативно-розыскная деятельность. Учебник. Москва. «Инфра-М», 2004. 848 с.
18. Гушев В.Е., Частный детектив: Правовое положение и методы работы. Нижний Новгород: б.н., 1993,- 163 с.
19. Землянов В. М. Морально-этические стороны частного сыска в этическом кодексе детектива, Статья, Рига: 2019.
20. Землянов В.М. Основы сысчного ремесла. Минск. «Харвест», 2002.
21. Мак-Мак В.П., Савелий М.Ф. Закон о частной детективной и охранной деятельности в Российской Федерации (Научно-практический комментарий). М.: «Юристь», 1997,- 112 с.
22. Овчинский С.С. Оперативно-розыскная информация М.: «Инфра-М», 2000. – 367 с.
23. Рушайло В.Б., Основы оперативно-розыскной деятельности (Учебник). Изд. 2-е, испр. и доп. СПб: «Лань», 2000. - 720 с.
24. Шумилов А.Ю. Краткая сысчная энциклопедия / / М.: Издание И.И. Шумиловой, 2000. – 227 с.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Limba franceză
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Limbi Moderne
Titular de curs	Coronovschi Zinaida
Cadre didactice responsabile	
e-mail:	catedralimbi@gmail.com

Codul disciplinei G 02 O. 14	Număr de credite ECTS	Anul I	Semestrul II	Total ore 90	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi 45	F/R 10	Zi 45	F/R 50
			Sem III			6		24

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Procesul instructiv-educativ desfășurat conform curriculumului la limba franceză va fi organizat ținându-se cont de două aspecte: formularea scopurilor și a obiectivelor disciplinei, mijloacele și căile de realizare a procesului de predare-învățare a limbii franceze.

Cursul de limba franceză este bazat pe studierea textelor de specialitate, teme de conversație, care, au tangențe cu domeniul securității civile și publice, articole extrase din diferite surse de specialitate. Modernizarea procesului de instruire presupune precizarea competențelor instruirii, restructurarea programelor de studiu, utilizarea unor strategii didactice eficiente, a unui sistem obiectiv și stimulativ de evaluare a rezultatelor obținute.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

1. Scopul principal al predării limbilor străine în U.S.E.F.S. este posedarea practică a

limbii străine ca mijloc de informare și documentare în munca studenților cu literatura de specialitate în original, cu ajutorul dicționarului la etapa I și cu folosirea minimală a dicționarului la etapa a II-a.

2. Expunerea, comentarea și argumentarea anumitor informații din surse de popularizare științifică la specialitatea studenților, precum și formularea opiniilor proprii cu privire la cele expuse.
3. Întreținerea unei convorbiri, discuții la temele de specialitate prevăzute de programă.
4. Asimilarea cunoștințelor de civilizație generală despre țara limba căreia se studiază.
5. Dezvoltarea spiritului de creativitate.
6. Dezvoltarea capacității de exprimare în scris.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

1. Însușirea terminologiei din domeniul securității în limba franceză;
2. Extragerea informațiilor exacte din textele de specialitate;
3. Cunoașterea materialului gramatical pentru a-și exprima corect ideile;
4. Deosebirea particularităților lexicale, gramaticale și stilistice ale textului, articolului științific;
5. Cunoașterea diverselor metode și tehnici de traducere dintr-o limbă în alta;
6. Însușirea regulilor de reducere a unui text de specialitate;

II. La nivel de aplicare

1. utilizarea corectă a terminologiei de specialitate și construcțiilor lingvistice specifice la descrierea unei activități din domeniul securității;
2. Înțelegerea corectă a textelor de specialitate și relevarea informației esențiale;
3. Exprimarea corectă la tratarea subiectelor cu caracter științific

III. La nivel de integrare

1. Deosebirea particularităților limbajului de specialitate în raport cu limbajul vorbit;
2. Integrarea în procesul de comunicare cu un interlocutor;
3. Pregătirea și prezentarea unei comunicări la teme de specialitate (la conferințe științifice, ore de curs);
4. Formarea deprinderilor de analiză științifică a fenomenelor de limbă specifice textului de specialitate (securitate).

Precondiții

1. Stabilirea strategiilor didactice în selectarea conținutului activității instructiv-educative.
2. Amplificarea treptată a conținutului învățământului.
3. Sistematizarea cunoștințelor prin demers liniar sau concentric.
4. Utilizarea metodelor comunicative: conversația didactică, simularea situațiilor, problematizarea, studiul de caz, asaltul de idei (brainstorming), algoritimizarea, și a.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore						
			ore practice	Lucru individual	Total ore	ore practice	lucrul individual	
			Zi	Zi	FR	F/R	F/R	

1.	Ma spécialité	6	4	2	4	-	4
2.	Le langage juridique	4	2	2	6	2	4
3.	La sécurité passive et la sécurité active	6	4	2	5	1	4
4.	L'aspect psychologique de la sécurité	4	2	2	5	1	4
5.	La sécurité sociale	2	2	-	4	-	4
6.	Le maintien de l'ordre	4	2	2	6	2	4
7.	Le Gouvernement	3	2	1	3	1	2
8.	Le Pouvoir Executif et le Pouvoir Législatif	3	2	1	5	1	4
9.	Evaluation des connaissances	2	2	-	2	2	-
10.	Service de protection des hautes personnalités	4	2	2	4	-	4
11.	Les gardes du corps français	4	2	2	4	-	4
12.	L'Union Européenne	4	2	2	4	-	4
13.	Le Conseil de l'Europe	4	2	2	2	-	2
14.	Organisation des Nations Unies	4	2	2	2	-	2
15.	Organisation des Nations Unies pour l'Education, la Science et la Culture	6	2	4	2	-	2
					total 60	total 10	total 50
					SEM III		
16.	La mondialisation actuelle	6	4	2	9	1	8
17.	Conceptions de la mondialisation	4	2	2	9	1	8
18.	La mondialisation. Les avantages et les avantages	2	2	-	10	2	8
19.	Evaluation finale	2	2	-	2	2	-
20.	Récapitulation	1	1	-	-	-	-
TOTAL		90	45	30+15 lect particul	total 30	total 6	total 24
Conținutul unităților de curs							

La etapa I (sem. I) se acordă cea mai mare atenție muncii de corectare a pronunțării și formării deprinderilor de citire. Se repetă și se sistematizează cele mai importante teme de gramatică, se începe asimilarea terminologiei de specialitate. Studenții anului I trebuie să-și aproprieze construcțiile elementare și cele mai uzuale, necesare pentru a face legătura dintre cuvinte, pentru a-i da viață vocabularului asimilat.

La etapa a II-a (sem.II) se lucrează mai cu seamă asupra însușirii termenilor de specialitate (securitate), se efectuează exerciții de reducere a textelor de specialitate, se duce la bun sfârșit studierea temelor de gramatică, care poartă un caracter aplicativ

Strategii de evaluare

- c) *Evaluarea curentă*: diagnosticarea, la începutul anului I, a nivelului de posedare a limbii; teste în scris; recapitularea terminologiei de specialitate pe compartimente;
- d) *Evaluarea finală*: test în scris și examen oral la sfârșitul sem. I și II.

Cerințe de evaluare. La aprecierea notei se ține cont de cantitatea și calitatea cunoștințelor.

La etapa a II-a testele trebuie să conțină în mod obligatoriu un text de specialitate cu de lexic necunoscut.

Sunt admiși doar studenții care au îndeplinit în întregime planul de învățământ.

Studenții trebuie să susțină lectura particulară, să îndeplinească toate lucrările prevăzute de programă pe notă pozitivă.

Examenul final permite profesorului să aprecieze gradul de posedare a limbii străine studiate.

Bibliografie

1. Bailly. Dictionnaire des synonymes de la langue française.
2. Civilisation française. Instruction civique, Chișinău, 1996.
3. Coronovschi Z., Culegere de texte la limba franceză pentru studenții anului I, Facultatea Pază, Protecție și Securitate (suport didactic), Chișinău, 2018, 72 p.
4. Espaces. Civilizations, № 3, Paris, 1980.
5. Education civique, Paris, 1988.
6. Florea Galina, Le Français du sport, București, 2002.
7. Grammaire française. Moscova, 1969.
8. Dictionnaire français-roumain, București, 1995.
9. Terminologia educației fizice și sportului, București: Ed. Stadion, 1974.
10. Revues: Sport Europe.
11. Micro Robert, Paris, 1984.
12. G.W.F. Hegel, "Principes de la philosophie du droit", Gallimard, 1966.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Tehnologii informaționale
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Managementul Culturii Fizice
Titular de curs	Volcu Gheorghe
Cadre didactice responsabile	Volcu Gheorghe
e-mail:	volcugheorghe@mail.ru

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
G.02.O.15	2	I	II	60	30	10	30	50

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina de studii „Tehnologii informaționale” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul securității civile și publice, în cadrul facultății Protecție, Pază și Securitate a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.

Disciplina dată pune la dispoziția studentului un șir de subiecte, soluții și indicații pentru utilizarea tehnologiilor informaționale într-o societate modernă. În mod special sunt menționate posibilitățile utilizării tehnologiilor informaționale în domeniul legat de viitoarea activitate profesională a studentului.

Studiul disciplinei „Tehnologii informaționale” are drept scop crearea la studenți a competențelor și abilităților necesare într-o societate informațională, dezvoltarea capacităților de utilizare a noilor tehnologii informaționale, aplicând metode, mijloace și resurse moderne. În rezultatul dezvoltării rapide a sistemelor informaționale și de comunicare pe piața informațională are drept rezultat alcătuirea bazelor complexe de date prin utilizarea pachetului standard de programe Microsoft Office.

În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an I., sem. II, 30 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 2 credite.
Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretico-practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul securității civile și publice.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Pe lângă competențele-cheie, recunoscute ca și sistem integrator comportamental, care facilitează dezvoltarea omului ca personalitate și integrarea socio-profesională, învățământul superior are misiunea de formare și de dezvoltare a competențelor profesionale.

Competența profesională reprezintă capacitatea confirmată de a folosi cunoștințele, abilitățile și atitudinile personale și sociale în situații de muncă sau de studiu, în dezvoltarea profesională și personală.

Competențe profesionale:

- Capacitatea de orientare în sistemul informațional, mijloace, tehnici și principii de funcționare a acestora.
- Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a tehnologiilor informaționale și de comunicare moderne;
- Abilități de utilizare a sistemului informațional în activitatea profesională;
- Interpretarea ansamblului de concepte, noțiuni și cerințe de instalare a sistemului de operare Windows;
- Acumularea cunoștințelor teoretice și abilităților practice de utilizare a programelor Microsoft Office;

Competențe transversale:

- Gestionarea informațiilor digitale specifice soluționării sarcinilor complexe în cadrul activității profesionale;
- Utilizarea în situații reale a instrumentelor cu acțiune digitală;
- Crearea de documente în domeniul comunicativ și informațional și utilizarea în situații reale a serviciilor electronice, inclusiv a Internetului

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere:

- să definească noțiunile principale ale disciplinei Tehnologii informaționale (sistem informațional, TIC, software, online, nume de utilizator, parolă, editor de text, etc.);
- să identifice tipurile de platforme electronice utilizate în activitățile la distanță;
- să caracterizeze suporturile informaționale electronice;
- să identifice versiunile de sistem de operare Windows;
- să identifice principalele funcții de lucru în Word, Excel, PowerPoint și Access;
- să caracterizeze programele Microsoft Office.

II. La nivel de aplicare:

- să determine procedurile de lucru cu aplicații digitale;
- să aplice parole fișierelor și dosarelor;
- să realizeze operațiuni cu textul și să elaboreze tabele complexe în word;
- să realizeze operațiuni de lucru în Excel;
- să analizeze și să explice avantajele tehnologiilor informaționale;
- să determine cerințe și instrucțiuni de instalare a programelor utile activității profesionale;

▪ să aplice cunoștințele și capacitățile acumulate, în activitatea profesională aleasă cât și în alte activități.

III. La nivel de integrare:

- să explice esența și structura tehnologiilor informaționale;
- să îmbine eficient tehnologiile informaționale în activitatea profesională aleasă;
- să elaboreze diverse documente în format digital necesare activității profesionale;
- să elaboreze prezentări electronice complexe;

să respecte normele etice și deontologice de utilizare a TIC și în mediul online.

Precondiții

- Cunoștințe despre comportament și reguli de securitate în laboratorul de informatică;
- Cunoștințe generale despre calculator
- Punerea în valoare a propriilor cunoștințe și abilități

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator/ practice		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Noțiuni generale de tehnologii informaționale	6					2		2	2
2.	Aplicații software pentru activități la distanță	10					2	2	2	4
3.	Mijloace de protejare a informației	8					2		2	4
4.	Sistemul de operare Windows	8					2		2	4
5.	Editorul de texte Word	8					2	2	2	2
6.	Organigramele în Word	8					2		2	4
7.	Procesarea tabelelor Word	8					2		2	4
8.	Tabele electronice Excel	8					2	2	2	2
9.	Diagramele în Excel	8					2		2	4
10.	Bazele de date Access	8					2	2	2	2
11.	Elementele bazei de date Access	8					2		2	4
12.	Aplicația Power Point	8					2	2	2	2
13.	Aplicarea imaginilor și diagramelor în Power Point	8					2		2	4
14.	Realizarea de prezentării complexe	8					2		2	4
15.	Programa Publisher	8					2		2	4
TOTAL		120					30	10	30	50

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Noțiuni generale de tehnologii informaționale

Tema 2. Aplicații software pentru activități la distanță

Tema 3. Mijloace de protejare a informației

Tema 4. Sistemul de operare Windows

Tema 5. Editorul de texte Word
Tema 6. Organigramele în Word
Tema 7. Procesarea tabelor Word
Tema 8. Tabele electronice Excel
Tema 9. Diagramele în Excel
Tema 10. Bazele de date Access
Tema 11. Elementele bazei de date Access
Tema 12. Aplicația Power Point
Tema 13. Aplicarea imaginilor și diagramelor în Power Point
Tema 14. Realizarea de prezentării complexe
Tema 15. Programa Publisher

Strategii de evaluare

Axarea procesului de predare-învățare-evaluare pe competențe presupune efectuarea evaluării pe parcursul întregului proces de instruire. Evaluarea continuă va fi structurată în evaluări formative și evaluări sumative (finale). Pornind de la caracterul aplicativ al disciplinei Tehnologii informaționale, evaluarea vizează mai mult aspectele ce țin de interpretarea creativă a informațiilor și capacitatea de a rezolva situațiile de problemă.

Activitățile de evaluare sunt orientate spre motivarea studenților și obținerea unui feedback continuu, fapt ce permite corectarea operativă a procesului de învățare, stimularea autoevaluării și a evaluării reciproce, evidențierea succeselor, implementarea evaluării selective sau individuale.

Evaluarea inițială/diagnostică, se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, etc.

Evaluarea curentă/dinamică formativă, se efectuează prin verificări curente pe parcursul seminarelor/lucrărilor practice, deprinderi practice de lucru la computer, note pentru fișierele prezentate, studiile de caz, proiectele, lucrul individual, cu scopul de a cunoaște în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină.

Evaluarea finală/sumativă, se efectuează la sfârșitul semestrului conform planului de studii prin examen, sub forma testării practice, în scris sau oral. Pentru a permite o individualizare a evaluării și o motivare suplimentară a studenților, sarcinile de evaluare sunt ierarhizate pe grade de dificultate. Elaborarea itemilor pentru evaluare este realizată în contextul taxonomiei lui Bloom.

Bibliografie

1. Curteanu S. EXCEL prin exemple. Editura POLIROM, Iași, 2004.
2. Cristea V., Dumitru P., Giumale C. ș.a., „Dicționar de informatică”, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1981.
3. William Theobald Internet Resources for Leisure and Tourism, . – 2000.
4. Joe Kraynak „Microsoft Office XP”, Editura ALL, 2000.
5. Maria D., Microsoft Word – teorie, teste și fișe de laborator, Editura, 2001
6. Popescu C., Tudor (Huțanu) V. TIC Competențe Digitale. Volumul 2. Editura L&S Infomat, 2007.

7. Revista Romana de Informatica si Automatica, Editura Institutului de Cercetari in Informatica Bucuresti - vol. 8., nr. 3. (1998) si vol. 9., nr. 1. (1999).
8. Roșca I., Internet și Intranet, Concepte și aplicații, Editura Economică, București, 2000.
9. HOTĂRÎRE Nr. 255 din 09.03.2005, privind Strategia Națională de edificare a societății informaționale – “Moldova electronică”.
10. HOTĂRÎRE cu privire la Concepția guvernării electronice nr. 733 din 28.06.2006 Monitorul Oficial nr. 106-111/799 din 14.07.2006.
11. Legea nr. 982-XIV din 11 mai 2000 privind accesul la informație (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 88-90/664 din 28 iulie 2000).
12. Legea nr. 467-XV din 21 noiembrie 2003 cu privire la informatizare și resursele informaționale de stat (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 6-12/44 din 01 ianuarie 2004).
13. Hotărîrea Guvernului nr. 632 din 8 iunie 2004 „Despre aprobarea Politicii de edificare a societății informaționale în Republica Moldova” (Monitorul Oficial al Republicii Moldova, nr. 96-99/789 din 18 iunie 2004).
14. Volcu Gh., Burlacu N. Tehnologii informaționale – componentă esențială în pregătirea specialistului de educație fizică și sport. În materialele conferinței științifice internaționale, ediția a XX-a: Probleme actuale ale teoriei și practicii culturii fizice. Chișinău 2017.
15. Volcu Gh. The need of information technologies in the training of physical education and sport specialists. 4th Central and eastern european LUMEN international scientific conference: Education, Sport, Health. Chișinău 2017.
16. Volcu Gh. Tehnologiile informaționale în pregătirea specialiștilor de educație fizică și sport. Congresul Științific Internațional „Sport. Olimpism. Sănătate”, ediția II. Chișinău 2017.
17. Volcu Gh. Dicționar terminologic la tehnologii informaționale (pentru studenții facultăților cu profil sportiv), Chișinău, PrintCaro, 2019.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Drept penal (Partea Specială)
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Cojocaru Radion
Cadre didactice responsabile	Drăniceru Mihai
e-mail:	radioncojocaruu@gmail.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F03O16	3	2	1 3	90	45	15	45	75

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Partea specială a dreptului penal poate fi definită ca fiind acea parte a dreptului penal care cuprinde ansamblul normelor penale care stabilesc faptele ce constituie infracțiuni, precum și sancțiunile ce se aplică celor care le săvârșesc. Sediul normativ al cursului îl constituie Partea specială a Codului penal din 18.04.2002, intrat în vigoare pe data de 12.06.2003. Pentru a asigura formarea unor deprinderi de interpretare sistematică a legislației penale autohtone studenții vor utiliza și legislațiile penale ale altor țări străine, Dreptul penal, ca ramură de drept, reprezintă obiect de studiu pentru o știință juridică de sine stătătoare, respectiv știința dreptului penal ce cuprinde totalitatea ideilor, concepțiilor, teoriilor și principiilor privitoare la elaborarea, evoluția și aplicarea normelor juridice penale printr-o strânsă interdependență cu celelalte norme juridice ce compun sistemul de drept și cu realitatea socială supusă reglementării

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe generice:

- abilitatea de autoinstruire.
- favorizarea soluționării problemelor prin colaborare.
- dezvoltarea abilităților decizionale.

Competențe specifice:

- să demonstreze cunoașterea infracțiunilor prevăzute de Codul Penal al RM
- să aplice normele juridico-penale
- să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute.
- să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice.
- să evalueze locul și rolul părții speciale a dreptului penal din perspectiva propriei specialități

Finalități de studii

La nivel de cunoaștere și înțelegere studenții trebuie:

- să identifice elementele și locul părții speciale a dreptului penal în sistemul de drept penal
- să determine cercul de subiecte a raporturilor juridice a părții speciale a dreptului penal
- să constate infracțiunile prevăzute de legea penală
- să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale ale părții speciale a dreptului penal

La nivel de aplicare:

- să evidențieze și să clasifice, după anumite criterii, infracțiunile prevăzute de legea penală
- să stabilească elementele și semnele constitutive ale infracțiunilor în raport cu anumite situații factice
- să soluționeze studii de caz referitoare la infracțiunile prevăzute de legea penală
- să delimiteze infracțiunile prevăzute de legea penală
- să interpreteze corect normele părții speciale a dreptului penal
- antrenarea procesului logic de selectare și de identificare a elementelor caracteristice faptei concrete cu cele determinate în cadrul de incriminare

La nivel de integrare:

- să aprecieze tendințele legislației în ceea ce privește reglementarea infracțiunilor din CP RM
- să contribuie la dezvoltarea unor opinii științifice pentru asigurarea continuității dezvoltării doctrinei părții speciale a dreptului penal
- să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației în domeniul părții speciale a dreptului penal
- să determine și să stabilească locul și rolul părții speciale a dreptului penal
- să evalueze starea și nivelul organizatoric al instituțiilor care aplică prevederile părții speciale a dreptului penal.

Precondiții

Studierea unor discipline de referință din domeniul dreptului precum ar fi: Teoria generală a Dreptului, Drept constituțional, Drept penal (Partea generală) etc.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Infracțiuni contra păcii,		2	-	1	-	-	-	2	4

	securității omenirii și infracțiuni de război									
2.	Infracțiuni contra vieții și sănătății persoanei		6	2	1	1	-	-	4	7
3.	Infracțiuni contra libertății, cinstei și demnității persoanei		2	1	2	-	-	-	4	6
4.	Infracțiuni privitoare la viața sexuală		2	1	2	1	-	-	4	6
5.	Infracțiuni contra patrimoniului		6	2	2	1	-	-	6	10
6.	Infracțiuni contra familiei și a minorilor		2	-	1	-			4	6
7.	Infracțiuni contra sănătății publice și conviețuirii sociale		2	1	1	1	-	-	7	10
8.	Infracțiuni în domeniul transporturilor		2	1	2	1	-	-	4	10
9.	Infracțiuni contra ordinii publice și securității publice		4	1	2	2		-	6	10
10.	Infracțiuni contra autorităților publice și securității de stat		2	-	1	-	-	-	6	6
11.										
TOTAL			30	10	15	10			45	75

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Infracțiuni contra păcii, securității omenirii și infracțiuni de război

1. Genocidul
2. Ecocidul
3. Activitatea mercenarilor

Tema 2. Infracțiuni contra vieții și sănătății persoanei

1. Omorul.
2. Omorul săvârșit în stare de afect.
3. Pruncuciderea.
4. Vătămarea intenționată gravă a integrității corporale sau a sănătății
5. Vătămarea intenționată medie a integrității corporale sau a sănătății
6. Neacordarea de ajutor unui bolnav.

Tema 3. Infracțiuni contra libertății, cinstei și demnității persoanei

1. Răpirea unei persoane.
2. Privarea ilegală de libertate.
3. Traficul de ființe umane.

Tema 4. Infracțiuni privind viața sexuală

1. Violul.
2. Acțiuni violente cu caracter sexual.
3. Raportul sexual cu o persoană care nu a atins vârsta de 16 ani.

Tema 5. Infracțiuni contra patrimoniului

1. Noțiunea și trăsăturile definitorii ale sustragerilor.
2. Furtul.
3. Pungășia
4. Jaful.
5. Tălhăria.

6. Escrocheria

7. Delapidarea averii străine.

Tema 6. Infracțiuni contra familiei și a minorilor

1. Incestul

2. Violența în familie.

3. Traficul de copii.

4. Atragerea minorilor la activitatea criminală sau determinarea lor la comiterea infracțiunilor

Tema 7. Infracțiuni contra sănătății publice și conviețuirii sociale

1. Circulația ilegală a drogurilor sau etnobotanicelor fără scop de înstrăinare.

2. Circulația ilegală a drogurilor sau etnobotanicelor cu scop de înstrăinare.

3. Proxenetismul.

4. Profanarea mormintelor

Tema 8. Infracțiuni în domeniul transporturilor

1. Încălcarea regulilor de securitate a circulației și de exploatare a mijloacelor de transport de către persoana care conduce mijlocul de transport.

2. Conducerea mijlocului de transport în stare de ebrietate.

3. Părăsirea locului accidentului rutier

Tema 9. Infracțiuni contra ordinii publice și securității publice

1. Actul terorist.

2. Comunicarea mincinoasă despre actul terorist.

3. Huliganismul.

4. Banditismul.

Tema 10. Infracțiuni contra autorităților publice și securității de stat

1. Trădarea de patrie.

2. Spionajul.

3. Falsul în declarații.

4. Eschivarea de la serviciul militar în termen, de la serviciul militar cu termen redus sau de la serviciul militar care rezervișticoncentrațiasa mobilizați

Strategii de evaluare

În funcție de scopurile urmărite, la disciplina Drept penal (Partea specială) vom aplica următoarele categorii de evaluări:

• **evaluarea inițială** care se realizează la începutul sau pe parcursul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;

• **evaluarea formativă**, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.

• **evaluarea rezumativă sau cumulativă**, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de *Drept*. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. Modelul de evaluare formativă este redat în Anexa nr. 2.

Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.

Bibliografie

1. Barbăneagră A....., Cojocaru R. ș. a. Cod penal al R. Moldova. Comentariu. Ed. Centrul de drept al avocaților. Chișinău. 2009.
2. Borodac A., Manual de drept penal, partea generală, Ed. Tipografia centrală, Chișinău, 2004.
3. Brînza S., Stati V. Drept penal. Partea specială, Vol. I. Chișinău: Firma Editorial-Poligrafică: „Tipografia centrală”, 2015,.
4. Brînza S. Stati V. Tratat de drept penal. Partea specială. Vol-II. Chișinău: Tipografia Centrală, 2015.
5. Cojocaru R. Infracțiuni contra sănătății publice și a conviețuirii sociale. Seria: Drept pena (partea specială), Chișinău, 2014.
6. Cojocaru R., Infracțiuni privind traficul de substanțe narcotice, psihotrope sau de analoage ale acestora (Teorie și practică judiciară), Chișinău, 2017.
7. Cojocaru R., Drept penal (Partea specială) Curs selectiv computerizat PowerPoint. Pentru învățământul la distanță (on-line).
8. Cojocaru R (în coautorat), Frauda informatică în sistemul infracțiunilor informaționale și forme de manifestare ale acesteia în domeniul economico-financiar, Anuar Științific al Academiei „Ștefan cel Mare” a M.A.I. al RM: „Probleme actuale de prevenire și combatere a criminalității”, Ediția a V-a, Chișinău, 2009, p.65-74.
9. Cojocaru R., Criterii delimitative dintre infracțiunea de pruncucidere (art.147 C.P.) și lăsarea în primejdie (art.163 C.P.), Analele Științifice ale Academiei „Ștefan cel Mare” a M.A.I. al Republicii Moldova, Ed. a IX-a, p.19-23, Chișinău, 2008, p.11-16.
10. Cojocaru R. (în coautorat), Semne obiective ale infracțiunii de practicare ilegală a activității de întreprinzător, Revista de științe penale, Ed. specială, 2008-2009, p.11-28.
11. Cojocaru R., Elementul material al infracțiunii de pruncucidere: controverse și caracterizare, Analele Științifice ale Academiei „Ștefan cel Mare” a M.A.I. al Republicii Moldova, Ed. a VII-a, Chișinău, 2006, p.52-55.
12. Cojocaru R, Unele contribuții la clarificarea conceptului de omor, Analele Științifice ale Academiei „Ștefan cel Mare” a M.A.I. al Republicii Moldova, Ediția a VI-a, Chișinău, 2006, p.210-215. (0,4 c/a).
13. Cojocaru R, Unele aspecte privind calificarea infracțiunilor contra justiției săvârșite de către persoane cu funcție de răspundere în contextul tulburărilor de masă, Asigurarea drepturilor și libertăților fundamentale ale omului în timpul manifestărilor cu caracter de masă (Materialele conferinței științifico-practice internaționale, 28-29 ianuarie 2010), Chișinău, 2010, p.61-67.
14. Cojocaru R., Escrocherii informaționale: forme și clarificări conceptuale ale cadrului normativ-penal, Probleme de prevenire și combatere a criminalității de către organele afacerilor interne în perioada recesiunii economice (Materialele conferinței științifico-practice internaționale, 15 octombrie 2009), Chișinău, 2010, p.17-23.
15. Cojocaru R., Răspunderea penală pentru circulația ilegală a substanțelor narcotice, psihotrope sau a analoagelor lor fără scop de înstrăinare (art.217 CP), Cooperarea internațională a organelor de drept în prevenirea și combaterea criminalității transnaționale (Materialele conferinței științifico-practice internaționale 5-6 noiembrie 2009), Chișinău, 2009.
16. Cojocaru R., Circulația ilegală a materialelor și utilajelor destinate producerii sau prelucrării substanțelor narcotice, psihotrope sau a analoagelor lor (art.217³ CP), Materialele Conferinței științifico-practice: Rolul societății și al organelor de drept în contracararea narcomaniei, Chișinău, 2008.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Criminologie
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Cojocaru Radion
Cadre didactice responsabile	Cojocaru Radion
e-mail:	radioncojocaruu@gmail.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F03O16	3	2	1	45	45	15	45	75

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Criminologia este o știință social-juridică interdisciplinară, care studiază criminalitatea ca fenomen social, cauzele și condițiile ce o favorizează, personalitatea celor care comit infracțiuni, precum și metodele de prevenire și contracarare a fenomenului infracțional. Criminologia, ca și oricare altă știință, dispune de propriul său obiect de studiu prin care se are în vedere acea totalitate de fenomene, procese și legități ce includ în sine criminalitatea, cauzele și condițiile care o favorizează, personalitatea infractorului, precum și problemele legate de prevenirea fenomenului criminal. Criminologiei îi este specifică funcția explicativă, grație căreia se întreprind măsuri pentru relevarea factorilor economici, politici, culturali și de altă natură, care determină criminalitatea ca pe un fenomen social cu caracter de masă. Problema cauzalității are o importanță atât teoretică, cât și practică, fiindcă fără studierea cauzelor criminalității și a condițiilor ce o favorizează din punct de vedere științific este imposibil de a realiza prevenirea acestui fenomen, care, la rândul său, este necesar de îndeplinit nu numai prin intermediul organelor de drept și al legislației, dar și prin punerea în mișcare a pârghiilor economice, sociale etc., de care statul și societatea dispun la momentul respectiv.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe generice:

- abilitatea de autoinstruire;
- favorizarea soluționării problemelor prin colaborare;

- dezvoltarea abilităților decizionale;

Competențe specifice:

- să demonstreze cunoașterea fenomenului criminalității;
- să aplice măsuri de prevenire a criminalității;
- să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute;
- să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice;
- să evalueze locul și rolul criminologiei din perspectiva propriei specialități.

Finalități de studii

La nivel de cunoaștere și înțelegere studenții trebuie:

- să identifice elementele și locul criminologiei în sistemul științelor socio-juridice;
- să explice cauzele criminalității;
- să înțeleagă măsurile specifice de prevenire a criminalității;
- să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale ale criminalității.

La nivel de aplicare:

- să evidențieze și să clasifice, după anumite criterii tipurile de criminalitate;
- să identifice indicii cantitativi și calitativi ai criminalității;
- să delimiteze crimele de alte devianți sociale;
- să identifice cauzele de comitere a criminalității în raport cu anumite situații tipice;
- să elaboreze măsuri practice de prevenire a criminalității prin luarea în considerare a tipurilor de criminalitate.

La nivel de integrare:

- să aprecieze tendințele actuale de răspândire a anumitor tipuri de criminalitate;
- să contribuie la dezvoltarea unor opinii științifice pentru asigurarea continuității dezvoltării criminologiei;
- să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației destinate prevenirii infracțiunilor;
- să evalueze starea și nivelul organizatoric al instituțiilor care aplică măsurile de prevenire și combatere a criminalității.

Precondiții

Studierea unor discipline de referință din domeniul dreptului precum ar fi: Teoria generală a Dreptului, Drept constituțional, Drept penal (Partea generală), Drept penal (Partea specială) etc.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Noțiunea, obiectul și funcțiile criminologiei		2	1	1	1	-	-	8	8
2.	Conceptul de criminalitate		2	1	1	-	-	-	4	8
3.	Cauzalitatea în criminologie		2	2	2	1	-	-	4	8
4.	<i>Personalitatea infractorului</i>		4	1	2	-	-	-	6	8
5.	Mecanismul actului infracțional		2	1	1	1	-	-	4	4
6.	Victimiologia		2	1	1	-	-	-	2	6
7.	Prognozarea criminalității		2	1	1	-	-	-	2	6

8.	Prevenirea criminalității		4	-	2	1	-	-	4	8
9.	Criminalitatea violentă		2	-	2	2		-	4	8
10.	Criminalitatea organizată		4	1	1	-	-	-	6	6
11.	Criminalitatea de corupție		4	1	1				2	6
TOTAL			30	10	15	5			45	75

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Noțiunea, obiectul și funcțiile criminologiei

4. Noțiunea de criminologie
5. Obiectul de studiu și domeniile criminologiei.
6. Scopul și funcțiile criminologiei
7. Raportul dintre criminologie și alte științe.

Tema 2. Conceptul de criminalitate

1. Noțiunea și trăsăturile definiției ale criminalității.
2. Indicii cantitativi ai criminalității.
3. Indicii calitativi ai criminalității.
4. Criminalitatea latentă și formele ei.

Tema 3. Cauzalitatea în criminologie

1. Conceptul cauzalității în criminologie.
2. Factorii politici, economici și sociali ai criminalității .
3. Condițiile criminalității.

Tema 4. Personalitatea infractorului

1. Conceptul de personalitatea infractorului.
2. Structura personalității infractorului.
3. Formarea personalității infractorului
4. Clasificarea și tipologia infractorului

Tema 5. Mecanismul actului infracțional

1. Conceptul mecanismului actului infracțional.
2. Motivația comportamentului infracțional.
3. Luarea deciziei și planificarea activității infracționale
4. Realizarea deciziei și comportamentul postinfracțional.

Tema 6. Victimologia criminologică

5. Conceptul de victimologie criminologică
6. Rolul victimei în mecanismul actului infracțional.
7. Clasificarea victimelor infracțiunii

Tema 7. Prognozarea criminologică

1. Noțiunea prognozei criminologice.
2. Metodele de prognozare criminologică.
3. Prognozarea comportamentului infracțional individual.

Tema 8. Prevenirea criminalității

1. Noțiunea și conținutul prevenirii criminalității.
2. Prevenirea generală a criminalității.
3. Prevenirea specială a criminalității.
4. Prevenirea individuală a criminalității
5. Subiecții prevenirii criminalității.

Tema 9. Criminalitatea violentă

1. Noțiunea și tendințele de săvârșire a criminalității violente.
2. Cauzele și condițiile criminalității violente.
3. Particularitățile prevenirii criminalității violente.

Tema 10. Criminalitatea organizată

1. Noțiunea și tendințele criminalității organizate în R. Moldova.
2. Cauzele și condițiile criminalității organizate.
3. Particularitățile prevenirii criminalității violente

Tema. 11 Criminalitatea de corupție

1. Noțiunea și tendințele criminalității de corupție în R. Moldova.
2. Cauzele și condițiile săvârșirii actelor de corupție.
3. Prevenirea infracțiunilor de corupție.

Strategii de evaluare

În funcție de scopurile urmărite, la disciplina Criminologie v-om aplica următoarele categorii de evaluări:

- **evaluarea inițială** care se realizează la începutul sau pe parcursul ciclului de învățămînt. Acest tip de evaluare are un rol preponderent diagnostic, deoarece informațiile colectate sprijină profesorul în proiectarea didactică;

- **evaluarea formativă**, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sînt parcurse unitățile de conținut. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină. Modelul de evaluare formativă este redat în *Anexa nr. 2*.

- **evaluarea rezumativă sau cumulativă**, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină. Succesele academice ale studenților sînt apreciate prin note. Pentru ca nota să exprime valența reușitei, ea trebuie să fie în concordanță cu principiile obiectivității, transparenței etc. Totodată, se va ține cont de faptul că dacă în evaluarea rezumativă accentul se pune pe produs, în cazul evaluării formative se va lua în considerare atît produsul, cît și procesul, adică efortul depus de student în obținerea rezultatelor evaluate.

Bibliografie

1. Amza T., Criminologieteoretică, București, 2001.
2. Bîrgău M., Criminologie, Chișinău, 2010.
3. Bujor V., Bejan O., Casian S., Ilie S., Elemente de criminologie, Chișinău, 1997.
4. Ciobanu I., Criminologie, Chișinău, 2011.
5. Cioclei V., Manual de criminologie, București, 1998.
6. Gheorghiu-Brădeț I., Criminologiageneralăromânească, Brașov, 1993.
7. Giurgiu N., Elemente de criminologie, Iași, 1992.
8. Gladchi Gh., Criminologie, Chișinău, 2019.
9. Gladchi Gh., Victimologie, Chișinău, 2013.
10. Lariilurie, Criminologie, Chișinău, 2020.
11. Nistoreanu Gh., Păun C., Criminologie, București, 1995.
12. Oancea I., Probleme de criminologie, București, 1994.
13. Păun C., Nistoreanu Gh., Criminologie, București, 1996.
14. Stănoiu Rodica Mihaela, Criminologie, București, 1997.
15. Криминология, под ред. А. И. Долговой, Москва, 1999.
16. Криминология, под ред. В. Н. Кудрявцева и В. Е. Эминова, Москва, 1999.
17. Криминология, под ред. Н. Кузнецовой и Г. Миньковского, Москва, 1994.
18. Криминология, под ред. Н.Ф. Кузнецовой, Москва, 1998.
19. Чобану И., Запорожан И, Криминология, Кишинэу, 2005.
20. Шестаков А.А. Криминология. Краткий курс. С.-Пб. 2001.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Bazele instrucțiunii tragerii
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Titular de curs	Alexei Vișnevschi
Cadre didactice responsabile	Andrei Nastas; Alexei Vișnevschi; Tamara Vișnevschi
e-mail:	a.vishnevski@mail.ru

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 04 O.025	3	II	IV	90	45	16	45	74

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina „Bazele instrucțiunii tragerii” este o parte componentă a sistemului general de pregătire a studenților, făcând parte din grupul științelor necesare pentru formarea specialiștilor în domeniul protecția, pază și securitate.

„Bazele instrucțiunii tragerii” este destinat studiului individual al studenților din anul II de la Facultatea Protecție, Pază și Securitate, USEFS în domeniul general de studii: Protecție, Pază și Securitate cu specializările în domeniul de formare profesională: Securitate civilă și publică.

Disciplina „Bazele instrucțiunii tragerii” este o parte componentă a sistemului general de pregătire al efectivului autorităților administrație publice care au competențe în domeniul apărării naționale, securității statului și ordinii publice, ce determină importanța însușirii cunoștințelor și formării deprinderilor inițiale pentru studenți, în cadrul prezentului studiu.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe generice:

2. Abilitatea de autoinstruire.
3. Favorizarea soluționării problemelor prin colaborare.
4. Dezvoltarea abilităților decizionale.

Competențe specifice:

- să demonstreze cunoașterea armamentului studiat la un nivel corespunzător înalt;
- să aplice cunoștințele într-un algoritm logic pentru studierea altor tipuri și modele de arme din dotarea serviciilor de Protecție, Pază și Securitate;
- să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute pentru nu admite încălcări al regulilor și măsurilor de siguranță;
- să demonstreze capacitatea de un nivel înalt în mânăuirea armei de foc;
- să evalueze nivelul de autoinstruire și pregătire generală în cadrul disciplinei studiate.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- Să definească, să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu.
- Să cunoască la perfecție armamentul din dotare și muniția folosită.
- Să cunoască regulile de întreținere și păstrare a armamentului.
- Să cunoască noțiunile generale despre principiile de tragere.
- Să cunoască reguli de tragere.
- Să cunoască măsurile de siguranță la mânăuirea armei de foc și pe timpul executării tragerilor.

II. La nivel de aplicare

- să analizeze descrierea părților componente, pieselor și mecanismelor ale acestora, principiile de funcționare al armamentului din dotare a subdiviziunilor din domeniul PPS.
- să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează asupra stării bune de funcționare al armamentului din dotare.
- Să execute operațiunile pentru demontarea parțială al armamentului studiat.
- Să execute procedeele de curățire și pregătire pentru tragere.
- Să execute operațiunile pentru tragere.
- Să execute operațiunile pentru tragere cu pistolul mitralieră și pistol în condițiile exercițiului pregătitor al instrucției tragerii.

III. La nivel de integrare

- Să execute normativele la instrucția tragerii cu pistolul mitralieră și pistolul.
- Să execute trageri practici cu pistolul mitralieră (carabina) și pistolul în condițiile exercițiului pregătitor al instrucției tragerii cu armamentul de infanterie.
- Să organizeze și desfășoare executarea normativelor la instrucția tragerii cu pistolul mitralieră (carabina) și pistol.
- Să elaboreze materiale metodice și se organizeze lucrul științific.

- Să participe la organizarea și desfășurarea competițiilor sportive la tir aplicativ și practi

Precondiții

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Introducerea în cursul „Bazele instrucțiunii tragerii”.	1	1	2					1	2
2.	Prezentarea armamentului de infanterii din înzestrarea unității de PPS și demonstrarea proprietăților tehnice și de luptă ale acestuia.	2					2			
3.	Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea armamentului din înzestrarea organelor de drept și serviciilor PPS.	20	8	4	4		8		32	50
4.	Descrierea muniției.	2	2						2	2
5.	Cunoașterea a principiilor de tragere.	2	2						2	2
6.	Regulile de tragere, operațiuni pentru tragere cu pistolul mitralieră (carabina) și pistol.	4	2		2					
7.	Regulile și măsurile de siguranță pe timpul executării antrenamentului și ședințelor individuale de tragere.	2				2	2		8	8
8.	Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistolul mitralieră (carabina).	2					2	2		
9.	Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistol.	4					4	2		
10.	Colocviul diferențiat la cunoașterea părții materiale al armamentului, regulilor și măsurilor de siguranță în timpul mânării armei, cunoașterii condițiilor exercițiilor și îndeplinirea	2			2					

11.	Trageri practice în cadrul ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistolul mitralieră (carabina).	2					2	2		
12.	Trageri practice în cadrul ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistol.	2					2	2		
TOTAL		45	15	6	8	2	22	8	45	74

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Introducerea în cursul „Bazele instrucțiunii tragerii”.

- Rolul și importanța instrucției tragerii.
- Rolul și importanța instrucției tragerii în cadrul pregătirii profesionale a colaboratorilor organelor de drept și serviciilor de protecție, pază și securitate.
- Cunoștințele și deprinderile de bază necesare unui trăgător cu armamentul de infanterie.

Tema 2. Prezentarea armamentului de infanterie din înzestrarea unității de PPS și demonstrarea proprietăților tehnice și de luptă ale acestuia.

- Prezentarea armamentului din înzestrarea unităților de PPS;
- Prezentarea caracteristicilor tactico-tehnice;
- Demonstrarea proprietăților de luptă (poligon).

Tema 3. Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea armamentului din înzestrarea organelor de drept și serviciilor PPS.

Exercițiul: Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului – mitralieră cal. 7,62 mm Md. 1963 (AKM) (carabina AKMC-MF1), puștii automată cal. 5,45 mm AK-74 (carabina AKC-74-MF).

- Regulile de siguranță.
- Nomenclatura:
- Caracteristicile tactico-tehnice.
- Partea exterioară.
- Partea interioară.
- Regulile de întreținere:
- Controlul și verificarea armei.
- Portul armei.
- Demontarea pistolului-mitralieră, puștii automată și carabinei.
- Curățirea și ungerea pistolului-mitralieră, puștii automată și carabinei.
- Montarea după demontarea pistolului-mitralieră, puștii automată și carabinei.
- Rolul și descrierea pieselor și mecanismelor pistolului-mitralieră, accesoriilor și cartușelor.
- Funcționarea pieselor și mecanismelor.
- Analiza particularităților al carabinelor.
- Incidente de tragere cu pistolul-mitraliera și înlăturarea acestora.
- Regulile de trageri cu pistolul-mitralieră, pușca automată și carabina:
- Ochirea;
- Poziția creștăturii pe țintă;

- Mănuirea trăgaciului;
- Poziția pentru executarea tragerii;
- Poziția pistolului-mitralieră (carabină) în umăr și mâni;
- Acțiunile în continuu;
- Respirația.
- Măsurile de siguranță în poligon.

Exercițiul: Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului cal. 9 mm Makarov (PM) (Baikal 442).

- Regulile de siguranță.
- Nomenclatura:
- Caracteristicile tactico-tehnice.
- Partea exterioară.
- Partea interioară.
- Regulile de întreținere:
- Controlul și verificarea armei.
- Portul armei.
- Demontarea pistolului.
- Curățirea și ungerea pistolului.
- Montarea după demontarea pistolului.
- Destinația și construcția pieselor și mecanismelor pistolului, accesoriilor și cartușelor.
- Funcționarea pieselor și mecanismelor.
- Analiza particularităților pistolului 9 mm Baikal 442.
- Incidente de tragere cu pistol și înlăturarea acestora.
- Regulile de trageri cu pistolul:
- Ochirea;
- Poziția creștăturii pe țintă;
- Mănuirea trăgaciului;
- Poziția pentru executarea tragerii;
- Poziția pistolului în mână;
- Acțiunile în continuu;
- Respirația.
- Măsurile de siguranță în poligon.

Tema 4. Descrierea muniției.

- Clasificarea muniției de infanterie;
- Cartușe de infanterie;
- Formare loviturilor, poansonarea, vopsirea, inscripționarea și ambalarea loviturilor.

Tema 5. Cunoașterea a principiilor de tragere.

Exercițiul: Noțiuni de balistică interioară.

- Noțiuni de balistică;
- Balistica interioară;
- Fenomenul tragerii;
- Arderea pulberii;
- Perioadele dării focului;

- Viteza inițială;
- Reculul armei;
- Rezistența țevii.

Exercițiul: Noțiuni de balistică exterioară.

- Balistica exterioară;
- Traectoria și elementele ei;
- Forma traectoriei;
- Împrăștierea loviturilor;
- Determinarea punctului mediu al loviturilor - lor.

Tema 6. Regulile de tragere, operațiuni pentru tragere cu pistolul mitralieră (carabina) și pistol.

- Regulile de tragere;
- Caracteristicile obiectivelor;
- Regulile și procedeele de tragere asupra obiectivelor;
- Operațiunile pentru tragere cu pistolul mitralieră (carabină);
- Operațiunile pentru tragere cu pistol.

Tema 7. Regulile și măsurile de siguranță pe timpul executării antrenamentului și ședințelor individuale de tragere.

- Regulile și măsurile de siguranță înaintea executării tragerii;
- Regulile și măsurile de siguranță pe timpul executării tragerii;
- Regulile și măsurile de siguranță după executarea tragerii și curățirea armamentului.

Tema 8. Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistolul-mitralieră (carabina).

1. Pregătirea pentru tragere:
 - a) luarea poziției pentru luptă;
 - b) încărcarea;
 - c) mânăuirea înălțătorului.
2. Executarea tragerii:
 - a) așezarea armei în umăr;
 - b) ochirea;
 - c) mânăuirea trăgaciului.
3. Încetarea tragerii:
 - a) încetarea temporară a tragerii;
 - b) încetarea completă a tragerii.
4. Reluarea tragerii:

Reluarea tragerii după încetarea temporară;

 - a) la reluarea tragerii fără schimbarea poziției de tragere;
 - b) la reluarea tragerii după schimbarea poziției de tragere.

Reluarea tragerii după încetarea completă.

Tema 9. Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistol.

1. Pregătirea pentru tragere:
 - a) Încărcarea;
 - b) Luarea poziției pentru luptă.
2. Executarea tragerii:
 - a) Întinderea mâinii cu pistolul spre obiectiv;
 - b) Ochirea;
 - c) Mânuirea trăgaciului.
3. Încetarea tragerii:
 - a) Încetarea temporară a tragerii;
 - b) Încetarea completă a tragerii.
4. Reluarea tragerii:
 - a) După încetarea temporară;
 - b) După încetarea completă.

Tema 10. Colocviul diferențiat la cunoașterea părții materiale al armamentului, regulilor și măsurilor de siguranță în timpul mănuirii armei, cunoașterii condițiilor exercițiilor și îndeplinirea normativelor.

- Verificarea la cunoașterea părții materiale al armamentului studiat, regulilor și măsurilor de siguranță în timpul mănuirii armei, cunoașterii condițiilor exercițiilor, îndeplinirea normativelor.

Tema 11. Trageri practice în cadrul ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistolul mitralieră (carabina).

- Trageri practice cu pușcă calibrul redus (aer comprimat) - tir.
- Trageri practice cu carabină - poligon.

Tema 12. Trageri practice în cadrul ședinței individuale de tragere în condițiile exercițiului pregătitor cu pistol.

- Trageri practice cu pistol calibrul redus (aer comprimat) - tir.
- Trageri practice cu pistol - poligon.

Strategii de evaluare

- 3. Evaluarea curentă** se va realiza prin susținerea / prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează nu mai puțin de 2 lucrări de control (testări), cum ar fi:

Mostră de evaluare curentă

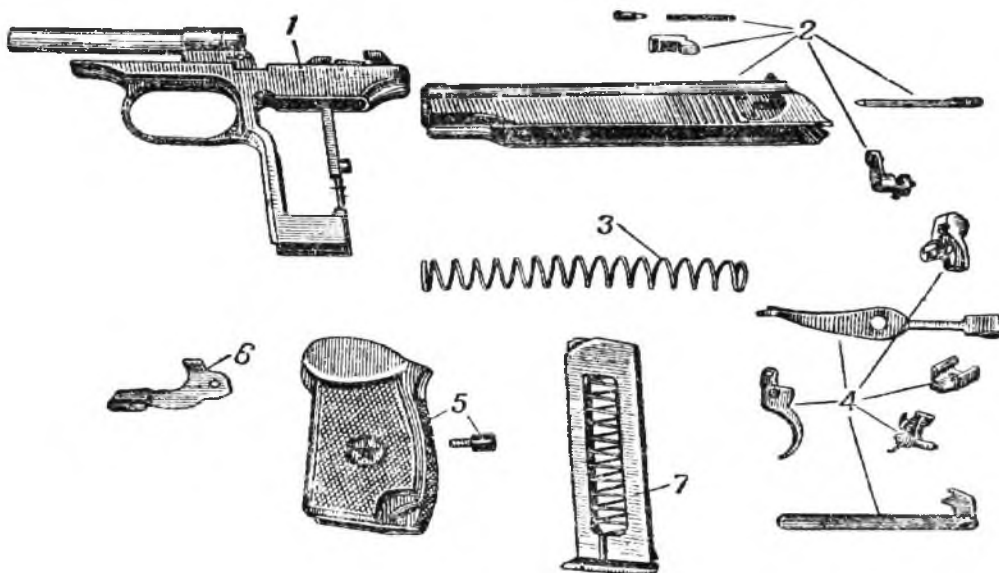
Test la laboratorul nr.2 (PM)



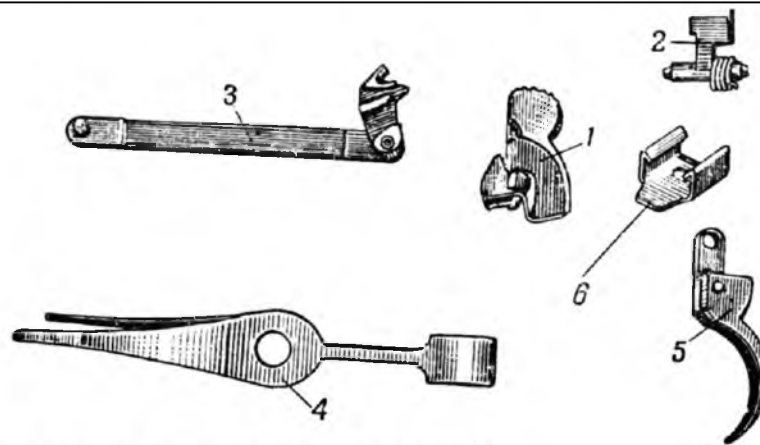
1. Definiți noțiunea pistolul 9 mm Makarov (PM). (5 puncte)
2. Definiți principiul de funcționare. (5 puncte)
3. Determinați denumirea pieselor conform numerotației. (12 puncte)



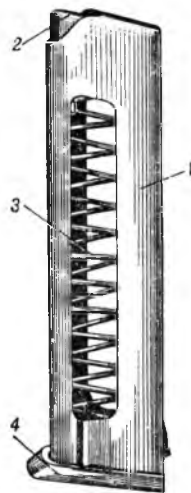
4. Determinați piesele și mecanismele principale a pistolului. (7 puncte)



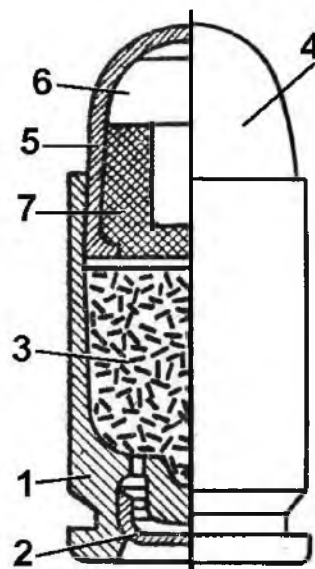
5. Determinați piesele mecanismului de darea focului. (6 puncte)



6. Numiți părțile componente al încărcătorului. (4 puncte)



7. Determinați definiția și părțile componente al cartușului. (8 puncte)

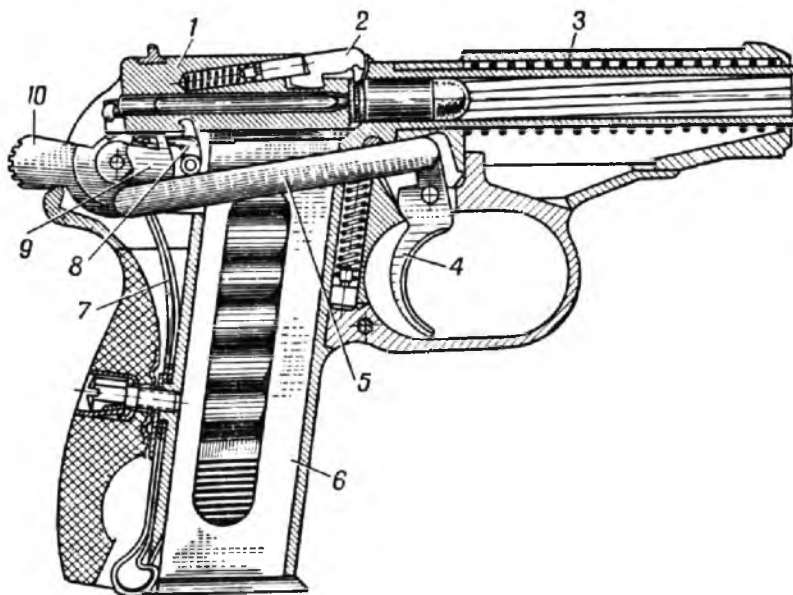


8. Numiți caracteristicile dimensionale și de greutate ale pistolului 9 mm Makarov (PM). **(13 puncte)**

- 1) Greutatea pistolului cu încărcător fără cartușe
- 2) Greutatea pistolului cu încărcătorul încărcat cu opt cartușe
- 3) Lungimea pistolului
- 4) Înălțimea pistolului
- 5) Lungimea țevii
- 6) Calibrul țevii
- 7) Numărul ghinturilor
- 8) Capacitatea încărcătorului
- 9) Greutatea cartușului
- 10) Greutatea glonțului
- 11) Lungimea cartușului
- 12) Cadența practică de tragere (viteza de tragere)
- 13) Viteza inițială a glonțului

9. Denumiți conform numerotației și analizați poziția pieselor și mecanismelor pistolului înainte de tragere. **(10 puncte)**

10. Analizați și descrieți funcționarea pieselor conform numerotației la apăsarea pe trăgaci. **(10 puncte)**



Evaluarea: Nota studentului se apreciază independent de punctele obținute în cunoașterea materialului la subiectele propuse pentru testare.

Puncte	0-16	17-24	25-32	33-40	41-48	49-52	53-56	57-64	65-72	73-80
Nota	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

2. Evaluarea finală: Examenul se desfășoară în scris sau oral, în formă de test.

Evaluarea: Fiecare subiect se apreciază după cum urmează: 1.1. – 3 puncte; 1.2 – 5 puncte; 1.3 – 7 puncte; 2.1. – 3 puncte; 2.2 – 5 puncte; 2.3 – 7 puncte; 3.1 – 3 puncte; 3.2 – 5 puncte; 3.3 – 7 puncte.

Nota: „10” – 42-45 puncte; „9” – 37-41; „8” – 33-36; „7” – 31-32; „6” – 28-30; „5” – 23-27; „4” – 19-22; „3” – 15-18; „2” – 11-14; „1” – 0-10.

Mostră testului de evaluare finală:

Testul nr. 1
pentru evaluarea finală (examen) la disciplina:
„Bazele instrucțiunii tragerii”

Subiectul 1. Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului cal. 9 mm PM.

1.1.	Definiți noțiunea - pistol cal. 9 mm Makarov (PM).	3 puncte	
1.2.	Determinați piesele și mecanismele principale al pistolului cal. 9 mm Makarov (PM).	5 puncte	
1.3.	Analizați părțile componente al cartușului pentru pistol.	7 puncte	

Subiectul 2. Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului – mitralieră cal. 7,62 mm Md. 1963 (AKM).

2.1.	Definiți noțiunea - principiul de funcționare.	3 puncte	
2.2.	Determinați piesele și mecanismele principale al pistolului-mitralieră.	5 puncte	
2.3.	Analizați clasificarea și părțile componente al cartușului pentru pistol-mitralieră.	7 puncte	

Subiectul 3. Regulile și măsurile de siguranță pe timpul executării antrenamentului și ședințelor individuale de tragere.

3.1.	Definiți temeiul juridic, documentul în bază căruia se organizează și se desfășoară tragerea în subdiviziune.	3 puncte	
3.2.	Determinați persoanele care conduc și care asigură tragerea în tir, poligon.	5 puncte	
3.3.	Analizați măsurile de siguranță în timpul desfășurării ședințelor de trageri.	7 puncte	

Puncte	0-10	11-14	15-18	19-22	23-27	28-30	31-32	33-36	37-41	42-45
Nota	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

3. Evaluarea sumativă se va realiza luându-se în considerație evaluările curente (ponderea de 0,6) și evaluarea finală (0,4) – pentru ciclul de zi evaluările curente (ponderea de 0,5) și evaluarea finală (0,5) – pentru ciclul frecvență redusă .

Bibliografie

1. Acte normative: *a) internaționale și regionale*

1. Declarația Universală a Drepturilor Omului din 10 .11.1948.
2. Pactul internațional cu privire la drepturile civile și politice din 16.12.1966.
3. Convenția europeană pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale din

04.11.1950

b) legi organice ale Republicii Moldova

1. Constituția Republicii Moldova adoptată la 29.07.1994 cu modificările și completările ulterioare.
2. Codul de procedură penală al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.122-XIV din 14.03.2003 cu modificările și completările ulterioare.
3. Codul penal al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.985-XV din 18.04.2002, cu modificările și completările ulterioare.
4. Codul contravențional al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.218-XVI din 24.10.2008.
5. Legea nr.618-XIII din 31.10.1995 „Cu privire la securitatea statului” cu modificările și completările ulterioare.
6. Legea nr.753-XIV din 23.12.1999 „Cu privire la serviciul de informații și securitate” cu modificările și completările ulterioare.
7. Legea nr.1457-XIII din 28.01.1998 „Cu privire la serviciul de protecție și pază de stat” cu modificările și completările ulterioare.
8. Legea nr.1104-XV din 06.06.2002 „Cu privire la Centrul pentru Combaterea Crimelor Economice și Corupției” cu modificările și completările ulterioare.
9. Legea nr.283-XV din 04.07.2003 „Cu privire la activitatea particulară de detectiv și pază” cu modificările și completările ulterioare.
10. Legea nr.1101-XIII din 06.02.1997 „Cu privire la gărzile populare” cu modificările și completările ulterioare.
11. Legea nr.130 din 08.07.2012 privind regimul armelor și al munițiilor cu destinație civilă.
12. Legea nr.218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc.
13. Legea nr. 806-XII din 12.12.1991 cu privire la trupele de carabinieri (trupele interne) ale MAI.

2. Literatură de specialitate:

1. **A.VIȘNEVȘCHI** Instrucțiuni pentru cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului 9mm MAKAROV (PM). Chișinău-2003.
2. **V.A. ТОРОПОВ** Огневая подготовка. Санкт-Петербург- 2000.
3. **Н.Ф. ГЕРЕЛА, Г.А. ГРИГОРЬЕВА** Огневая подготовка сотрудников служб безопасности и охранных предприятий. Санкт-Петербург – 2003.
4. **А.М. БУРАКОВ** Подготовка общественных тренеров и инструкторов по пулевой стрельбе. Москва – 1987.
5. **В.А. Кинль** Пулевая стрельба. Москва – 1989.
6. **Ф.Я. Корх** Спортивная стрельба. Москва. Физкультура и спорт.1987.
7. Manual pentru instrucția tragerii cu armamentul de infanterie. București-1993.
8. Metodica instrucției tragerii cu armamentul de infanterie. București-1988.
9. Regulamentul tragerii cu armament de infanterie. Chișinău-2004.
10. Regulamentul tragerilor cu armamentul de infanterie și de pe mașinile de luptă (R.T.A.I. și M.L.-2000). Chișinău-2001.

3. Resursă internet:

1. [Legea nr.130 din 08.07.2012 cu privire la regimul armelor și munițiilor cu destinație civilă;](#)

2. Legea nr.218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a fortei fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc;
3. Legea nr.283-XV din 04.07.2003 privind activitatea particulară de detectiv și de pază;



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	ASIGURAREA ACTIVITĂȚII ECONOMICE A ÎNTREPRINDERII DE PROTECȚIE ȘI PAZĂ
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Titular de curs	ANTOSCIUC IRINA/ARMEANIC ALEXANDRU
Cadre didactice responsabile	ANTOSCIUC IRINA
e-mail:	

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F 03 O. 18	2	II	III	90	45		45	

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Cursul universitar „ASIGURAREA ACTIVITĂȚII ECONOMICE A ÎNTREPRINDERII DE PROTECȚIE ȘI PAZĂ”, elaborat de cadrele didactice de la catedra „Protecție, Pază și Securitate” propune o abordare logică a noțiunilor de baza ale activității economice printr-o multitudine de scheme, figuri, tabele care să le permită utilizatorilor înțelegerea limbajului contabil.

Cursul universitar „ASIGURAREA ACTIVITĂȚII ECONOMICE A ÎNTREPRINDERII DE PROTECȚIE ȘI PAZĂ” își propune să fie un instrument util pentru studenții anului II ai facultății Protecție, Pază și Securitate, care să îi ajute în demersul lor de a se descurca în multitudinea de informații din domeniul economico-financiar-contabil. În cadrul cursului universitar le sunt prezente pe larg noțiuni de bază precum: patrimoniu, activ, pasiv, cont, bilanț, situații financiare, inventariere într-un limbaj cât mai accesibil, care să faciliteze înțelegerea.

Noțiunile pe care studenții le vor învăța la disciplina „ASIGURAREA ACTIVITĂȚII ECONOMICE A ÎNTREPRINDERII DE PROTECȚIE ȘI PAZĂ” îi vor ajuta foarte mult în carieră, indiferent de profesiunea aleasă, să îmbrățișeze îndeletniciri din sfera manageria ori, să demareze o afacere pe cont propriu.

În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor

calitativi și cantitativi.

Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.

Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.

În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an II., sem. III, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.

Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în PPS.

Competențe profesionale:

Scopul disciplinei este de a forma la studenți o gândire economică riguros orientată spre eficientizarea utilizării resurselor, spre o contabilitate care să reflecte fidel, complet și clar mișcările și starea patrimoniului, cât și a rezultatelor obținute.

Din aceasta perspectivă, cursul încearcă să ofere soluții pentru o gestionare mai reușită a organizațiilor care își desfășoară activitatea în domeniul Pază, Protecție și Securitate. Aplicațiile practice ce vor fi rezolvate în cadrul seminarelor vor avea ca obiectiv o mai bună înțelegere a materialului expus la orele de curs. Studiile de caz ce vor fi supuse analizei studenților vor testa abilitatea acestora de a prelucra informațiile economice disponibile despre operațiunile economice care au loc într-o entitate economică, precum și modul în care aceasta este valorificată în recomandări, sugestii de perfecționare a contabilității și de luare a deciziilor corecte.

Finalități de studii

1. La nivel de cunoaștere studenții trebuie:

- să cunoască și să utilizeze adecvat noțiunile specifice disciplinei „ASIGURAREA ACTIVITĂȚII ECONOMICE A ÎNTREPRINDERII DE PROTECȚIE ȘI PAZĂ”
 - să delimiteze clar activele și pasivele, consumurile, cheltuielile și veniturile
 - să cunoască documentele contabile și circulația acestora,
 - să identifice și să înțeleagă operațiunile economice, să identifice conturile în planul de conturi, să facă înregistrările contabile corecte
 - să înțeleagă esența contului ca procedeu specific al metodei contabilității
- să cunoască regulile de funcționare ale conturilor

La nivel de aplicare:

- să facă o analiză și să explice principiile generale ale contabilității, pentru a face posibilă conlucrarea dintre specialiștii în domeniul Pază, Protecție și Securitate și economiștii în procesul administrării auditului și a expertizei contabile
- să participe la dezbaterile problemelor și procedeele de bază ale contabilității
- să explice modul de funcționare a conturilor
- să cunoască modul de contabilizare a tranzacțiilor cele mai uzuale
- să efectueze generalizarea, particularizarea, integrarea principiilor contabile în cazul contabilității în organizațiile de Pază, protecție și securitate

La nivel de integrare:

- să posede o gândire contabilă necesară studiului proceselor contabile și interdependențelor acestora cu formele juridice
- să înțeleagă esența proceselor și fenomenelor contabile, a interdependențelor dintre acestea și principiile și normele juridice
- să realizeze legătura între bilanț – raportul de profit și pierdere și raportul privind fluxul mijloacelor bănești
- să descrie principalele tipuri de tranzacții și evenimente supuse reflectării în contabilitate
- să fie capabil de a transpune în practică cunoștințele dobândite în cadrul cursului
- să demonstreze abilități de utilizare a contului ca procedeu și în același timp instrument de

reflectare a patrimoniului agenților economici și reflectarea modificării acestuia ca urmare a evenimentelor și tranzacțiilor ce au avut loc în decursul unei perioade

- să întocmească formule contabile, registrul de evidență analitică, registrul cartea mare, balanța de verificare
- să interpreteze informațiile din contul despre profit și pierdere și raportul privind fluxul mijloacelor bănești
- să explice structura contului, esența dublei înregistrări, a sistemului contabil și a planului de conturi

Preconții

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
13.	Abordări conceptuale privind antreprenoriatul, întreprinderea și activitatea economică	9	2		2				5	6
14.	Activitatea economică – componentă de bază a sistemului informațional economic	6	2	1	1	1			3	6
15.	Obiectul și metoda activității economice	11	4	1	1				6	6
16.	Bilanțul contabil	9	3	1	2	1			5	6
17.	Contul și formula contabilă. Înregistrarea în partidă dublă	10	4	1	1	1			5	6
18.	Contabilitatea principalelor operațiuni economice	11	4	1	2				5	6
19.	Documentul – procedeu al metodei contabilității	6	2	1	1	1			3	6
20.	Evaluarea și calculația	6	2	1	1	1			3	7
21.	Inventarierea	8	3	1	1				4	8
22.	Registre și forme de înregistrare în activitatea economică	7	2	1	2	1			3	8
23.	Conținutul și modul de întocmire a situațiilor financiare	6	2	1	1				3	9
TOTAL		90	30	10	15	6			45	84

Conținutul unităților de curs

Subiectul 1: Abordări conceptuale privind antreprenoriatul, întreprinderea și activitatea economică

- ✓ evoluția esența sistemului economic a întreprinderii.
- ✓ noțiuni cu privire la act normativ.
- ✓ legea cu privire la antreprenoriat și întreprinderi.
- ✓ noțiune generale cu privire la întreprindere.
- ✓ formele organizatorico-juridice a întreprinderilor.
- ✓ antreprenorul și antreprenoriatul.
- ✓ caracteristica întreprinderilor.

✓ activitatea economica a întreprinderii.

Subiectul 2: Activitatea economica – componentă de bază a sistemului informațional economic

- ✓ esența și rolul activității economice;
- ✓ utilizatorii informației contabile;
- ✓ obiectivele și funcțiile contabilității;
- ✓ principii fundamentale ale contabilității;
- ✓ sistemul de reglementare a contabilității în Republica Moldova;
- ✓ noțiuni privind politica de contabilitate.

Subiectul 3: Obiectul și metoda activității economice

- ✓ definirea și conținutul obiectului contabilității;
- ✓ patrimoniul ca obiect de studiu al contabilității;
- ✓ noțiuni privind consumurile, cheltuielile și veniturile;
- ✓ noțiuni privind metoda contabilității;

Subiectul 4: Bilanțul contabil

- ✓ esența, rolul și tipuri ale bilanțului contabil;
- ✓ dubla reprezentare a patrimoniului în bilanț;
- ✓ conținutul și structura bilanțului contabil;
- ✓ tipuri de modificări ale bilanțului contabil sub influența operațiunilor economice

Subiectul 5: Contul și formula contabilă. Înregistrarea în partidă dublă

- ✓ noțiunea, necesitatea și funcțiile contului;
- ✓ forma grafică și structura contului;
- ✓ dubla înregistrare și corespondența conturilor;
- ✓ formula contabilă: esența și tipurile;
- ✓ conturi sintetice și analitice;
- ✓ balanța de verificare și semnificația ei;
- ✓ identificarea erorilor de înregistrare contabilă cu ajutorul balanțelor de verificare;
- ✓ planul de conturi contabile;

Subiectul 6: Contabilitatea principalelor operațiuni economice

- ✓ contabilitatea constituirii elementelor patrimoniale;
- ✓ contabilitatea intrărilor și ieșirilor în și din patrimoniu;
- ✓ contabilitatea creanțelor și datoriilor;
- ✓ contabilitatea consumurilor;
- ✓ contabilitatea veniturilor și a cheltuielilor;
- ✓ contabilitatea rezultatelor financiare;

Subiectul 7: Documentul – procedeu al metodei contabilității

- ✓ noțiunea, clasificarea și funcțiile documentelor contabile;
- ✓ documentele cu regim special;
- ✓ gestiunea documentelor;

Subiectul 8: Evaluarea și calculația noțiunea, rolul și principii evaluării;

- ✓ metode de evaluare și reevaluare a elementelor patrimoniale;
- ✓ forme de evaluare;
- ✓ calculații;

Subiectul 9: Inventarierea

- ✓ noțiunea, scopul și tipurile de inventariere;
- ✓ etapele inventarierii;
- ✓ reflectarea rezultatelor inventarierii în evidența contabilă.

Subiectul 10: Registre și forme de înregistrare în activitatea economica

- ✓ tipurile și caracteristica registrelor contabile;
- ✓ forme de înregistrare în contabilitate;
- ✓ tehnici de corectare a erorilor contabile;

Subiectul 11: Conținutul și modul de întocmire a situațiilor financiare

- ✓ noțiunea și tipurile situațiilor financiare;
- ✓ operațiuni premărgătoare întocmirii situației financiare;

- ✓ modul de întocmire a formelor situațiilor financiare;
- ✓ analiza, interpretarea și verificarea situațiilor financiare
- ✓ noțiuni privind politica de contabilitate

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. **Evaluarea inițială/** diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviuri, chestionare orale, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. **Evaluarea curentă** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări de control* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. **Evaluarea finală** sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.

Bibliografie

I. Acte normative

1. LEGE Nr. 287 din 15-12-2017 contabilității și raportării financiare [LP302 din 30.11.18. MO462-466/12.12.18 art.778: în vigoare 12.12.18](#)
2. Standardele Naționale de Contabilitate // www.minfin.md
3. Comentarii la Standardele Naționale de Contabilitate // www.minfin.md
4. ORDIN Nr. 60 din 29-05-2012 cu privire la aprobarea Regulamentului privind inventarierea
5. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova „Privind aprobarea Normelor privind efectuarea operațiunilor de casă în economia națională a Republicii Moldova” nr. 764 din 25.11.1992 (Monitorul Oficial al RM nr.11/351 din 30.11.1992).
6. Hotărârea Guvernului Republicii Moldova „Cu privire la metodele de evidență a stocurilor de mărfuri și materiale” nr. 31 din 22.01.1999 (Monitorul Oficial al RM nr.7-9/73 din 28.01.1999)
7. Ordinul Ministerului Finanțelor nr. 69 din 17.09.2009 cu privire la aprobarea Recomandărilor metodice privind tranziția de la Standardele Naționale de Contabilitate la Standardele Internaționale de Raportare Financiară
8. Bazele conceptuale ale pregătirii și prezentării rapoartelor financiare
9. Ordinul Ministerului Finanțelor cu privire la aprobarea Normelor de consum de combustibil și lubrifianți în transportul auto nr. 172 din 09.12.2005 // Monitorul Oficial al R.Moldova nr.59-62/223 din 14.04.2006
10. Ordinul Ministerului Finanțelor cu privire la aprobarea Normelor de parcurs și exploatare a anvelopelor pentru mijloacele de transport auto Nr.124 din 29.07.2005 Monitorul Oficial al R.Moldova nr.110-112/378 din 19.08.2005
11. Ordinul Ministerului Finanțelor cu privire la modul de contabilizare a cheltuielilor aferente schimbului anvelopelor și acumulatorilor la mijloacele de transport nr. 87 din 23.12.2004 Monitorul Oficial al R.Moldova nr.1-4/1 din 07.01.2005
12. Regulamentul privind inventarierea nr.30 din 5 martie 2001 // Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr. 35 – 38 din 29 martie 2001.

13. Planul de conturi contabile al activității economico-financiare a întreprinderii și Normele metodologice de utilizare a conturilor contabile // Monitorul Oficial al Republicii Moldova nr. 88 – 91 din 30 decembrie 1997 cu modificari din 06 2006

II. Manuale, monografii, articole științifico-didactice publicate:

1. Needless B.E., Anderson H.R., Caldwell J.C. Principiile de bază ale contabilității. Ediția a V-a // Chișinău, ARC, 2000.
2. Viorel Țurcanu, Eudochia Bajerean Bazele contabilității // Chișinău, Tipografia Centrală, 2004. – 265 p.
3. Ecaterina Cechina, Rodica Cușmăunsă. Caiet pentru lucrări practice la disciplina Bazele Contabilității // Chișinău Departamentul Editorial – Poligrafic al ASEM 2006
4. Bazele contabilității agenților economici din România. Ediția a IV. Editura Intelcredo Deva, 2001.
5. Bucur V. Contabilitatea activelor nemateriale. Chișinău, Ed. „Cartier”, 2002.
6. Caraman S., Cușmăunsă R. Contabilitate managerială. Chișinău, Ed. „Tipografia centrală”, 2007
7. Contabilitate financiară: ed. A 2-a: Manual / Colectiv de autori: coordonator Alexandru Nedeiță. Chișinău: ACAP, 2003. – 440 p.
8. Contabilitate managerială : Ghid practico-didactic / Colectiv de autori: coordonator Alexandru Nedeiță. Chișinău: ACAP, 2000. – 264 p.
9. Corespondența conturilor contabile conform prevederilor S.N.C. și Codului fiscal. Alexandru Nedeiță, Chișinău. Contabilitate și audit, 2007.
10. Grigoroii Lilia, Lazari Liliana. Bazele teoretice ale contabilității. – Ed.1.: Cartier, 2003. – 300 p.
11. Talaghir, Gh. Contabilitatea pe înțelesul tuturor. Ed. a 2-a. București: ALL-BECK, 2004. – 352 p.
12. Țurcanu V. Îndrumări teoretice și aplicații practice la contabilitate. ASEM, Ch.: Complexul ed.-poligr. al ASEM, 2002. – 188 p.
13. Цуркану В., Бажерян Е. Основы бухгалтерского учета: учебник. МЭА. – К.: Изд. Полигр. МЭА, 2003. – 279 с.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Dreptul civil II
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Dr., conf. univ. Ion Țiganaș
Cadre didactice responsabile	
e-mail:	iondrept@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F 03 O.008	5	2	3		45	30	16	20

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

În actuala perioadă de timp au loc schimbări radicale în toate ramurile economiei naționale, schimbări care necesită crearea unui cadru juridic adecvat. Totodată, edificarea și consolidarea unui stat de drept și constituirea economiei de piață impun, de asemenea, crearea unui fundament juridic riguros.

La disciplina Drept civil II, conform planului de studii sunt prevăzute un număr suficient de prelegeri și seminare, iar pentru evaluarea cunoștințelor se prevede examen. Evaluarea curentă a cunoștințelor se efectuează la seminare la fiecare temă. În plus, studenții urmează să rezolve spețe și susțin testări înaintea sesiunii de examinare.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Scopul primordial al acestui curs este de a familiariza studenții Facultății de Protecție, Pază și Securitate cu aspectele multilaterale și natura juridică a contractelor civile reglementate de Codul Civil. Deasemenea, cursul are menirea de a contribui la formarea unor cunoștințe fundamentale cu privire la raporturile contractuale.

Toate aceste competențe sunt necesare pentru obținerea de către fiecare student a cunoștințelor și deprinderilor profesionale, a procedurilor metodice de analiză a fenomenelor juridice în ansamblul

interacțiunii acestora cu alte fenomene social-economice legate de activitatea de pază, protecție și securitate.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- Să definească noțiunea fiecărui contract
- Să cunoască cadrul normativ caracteristic fiecărui contract
- Să numească caracterele juridice ale fiecărui contract
- Să definească criteriile de clasificare și tipurile fiecărui contract
- Să determine elementele caracteristice fiecărui contract
- Să determine drepturile și obligațiile părților fiecărui contract
- Să relateze despre modurile de încetare a fiecărui contract și formele de răspundere a părților

II. La nivel de aplicare

- Să determine corelația dintre caracterele juridice și particularitățile caracteristice contractelor civile
- Să delimiteze prin asemănare și deosebire diferite tipuri de contracte civile
- Să identifice cazurile de încălcare a drepturilor părților contractante
- Să utilizeze diverse modalități de prevenire a încălcărilor drepturilor părților
- Să perfecteze modele de contracte civile și alte acte utilizate în operațiunile bancare, de transport, de asigurare, etc.

III. La nivel de integrare

- Să aprecieze importanța contractelor civile pentru activitatea profesională ulterioară
- Să stabilească formele de interacțiune a activității de pază, protecție și securitate cu unele contracte civile

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Caracteristica generală a contractului civil		3	2	1	1			1	2
2.	Contractul de vânzare-cumpărare		3	1	1	0,5			1	1
3.	Contractul de schimb		1	1	0,5	0,5			0,5	1
4.	Contractul de donație		1	1	0,5	0,5			0,5	1
5.	Contractul privind înstrăinarea bunului cu condiția întreținerii pe viață		1	1	1	0,5			0,5	1
6.	Contractul de locațiune		2	1	1	0,5			0,5	1
7.	Contractul dearendă		1	1	1	0,5			0,5	1
8.	Contractul de închiriere a spațiului locativ		1	1	1	0,5			0,5	1
9.	Contractul de leasing		1	1	0,5	0,5			1	1

10.	Contractul de concesiune		1	1	0,5	0,5			1	1
11.	Contractul de antrepriză		2	1	1	0,5			1	1
12.	Contractul de prestări servicii de protecție și pază		3	1	1	0,5			1	1
13.	Contractul de transport		2	1	1	0,5			1	1
14.	Contractul de mandat		1	1	0,5	0,5			1	1
15.	Contractul de depozit		1	1	0,5	0,5			1	1
16.	Contractele bancare		2	1	1	0,5			1	1
17.	Contractul de împrumut		1	1	0,5	0,5			1	1
18.	Contractul de asigurare		2	1	1	0,5			1	1
19.	Contractul de franchising		1	1	0,5	0,5			1	1
TOTAL			30	20	15	10			16	20

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Caracteristica generală a contractului civil

1. **Noțiunea de contract civil.** Principiile contractului. Clasificarea contractelor. Condițiile de valabilitate a contractelor. Etapele de existență a contractelor
2. **Conținutul și forma contractului.** Clauze esențiale și neesențiale. Forma contractului
3. **Încheierea contractului.** Oferta. Acceptarea. Condițiile pe care trebuie să le îndeplinească oferta și acceptarea. Momentul încheierii contractului. Locul încheierii contractului. Executarea contractului
4. **Interpretarea contractului.** Reguli generale și speciale de interpretare
5. **Rezilierea și rezoluțiunea contractului**

Tema 2. Contractul de vânzare-cumpărare

1. **Noțiunea și caracterele juridice ale contractului de vânzare-cumpărare.** Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică
2. **Elementele contractului de vânzare-cumpărare.** Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul
3. **Drepturile și obligațiile părților.** Drepturile părților. Obligațiile părților. Evicțiunea. Dreptul de preemțiune. răscumpărarea
4. **Momentul trecerii dreptului de proprietate și a riscului pieirii fortuite a bunurilor conform contractului de vânzare-cumpărare**
5. **Ordinea și termenele de prezentare a pretențiilor și acțiunilor în legătură cu viciile bunului vândut.** Vicii vândite și ascunse. Condiții și termene pentru înaintarea acțiunilor și pretențiilor
6. **Contractul de vânzare-cumpărare a bunurilor imobile.** Regimul juridic. Înregistrarea de stat. Procedura înregistrării. Contractul de vânzare-cumpărare a încăperilor de locuit. Contractul de vânzare-cumpărare a terenurilor
7. **Contractul de vânzare-cumpărare cu amănuntul.** Caracteristica. Elementele. Termenul de garanție și de valabilitate. Drepturile consumatorilor
8. **Contractul de vânzare-cumpărare a mărfurilor în credit.** Caracteristica generală. Elementele. Protecția drepturilor consumatorului
9. **Contractul de vânzare-cumpărare la licitație și la bursele de mărfuri.** Vânzarea silită și benevolă. Licitația. Clasificarea. Etapele. Bursa. Clasificarea. Participanții

Tema 3. Contractul de schimb

1. **Noțiunea și caracteristica generală.** Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică a contractului de schimb

<p>2. Elementele contractului de schimb. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului de schimb. Transmiterea reciprocă a dreptului de proprietate asupra bunurilor. Suportarea cheltuielilor de transmitere a bunurilor. Transmiterea bunurilor fără vicii</p>
<p>Tema 4. Contractul de donație</p> <p>1. Noțiunea și caracteristica generală. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică a contractului de donație. Deosebirea contractului de donație de actele de filantropie și de sponsorizare</p> <p>2. Elementele contractului de donație. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului de donație. Obligațiile părților în cazul donației filantropice și a donației viitoare. Revocarea donației. Nulitatea donației</p>
<p>Tema 5. Contractul privind înstrăinarea bunului cu condiția întreținerii pe viață</p> <p>1. Noțiunea și caracterele juridice. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Delimitarea contractului de renta viageră</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului. Obligațiile beneficiarului întreținerii. Obligațiile dobânditorului</p> <p>4. Încetarea contractului. Temeiurile și efectele</p>
<p>Tema 6. Contractul de locațiune</p> <p>1. Noțiunea și caracterele contractului de locațiune. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică a contractului de locațiune</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Bunurile care pot forma obiectul contractului de locațiune. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului. Obligațiile locatorului. Transmiterea bunului. Reparațiile curente și capitale. Obligațiile locatarului. Sublocațiunea</p> <p>4. Încetarea contractului. Temeiurile și efectele. Rezilierea unilaterală la cererea locatorului sau locatarului. Ordinea de reziliere. Prolungirea contractului de locațiune</p>
<p>Tema 7. Contractul de arendă</p> <p>1. Noțiunea, importanța și particularitățile contractului de arendă. Deosebirile și asemănările dintre contractul de arendă și contractul de locațiune</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului. Obligațiile arendatorului. Obligațiile arendașului. Repartizarea contractuală a riscurilor</p> <p>4. Încetarea și rezilierea contractului de arendă. Consecințele încetării relațiilor de arendă</p>
<p>Tema 8. Contractul de închiriere a spațiului locativ</p> <p>1. Noțiunea și importanța. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Dobândirea locuinței. Fondul locativ. Cetățenii care au nevoie de îmbunătățirea condițiilor de trai</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Persoanele care beneficiază de dreptul de folosință a spațiului locativ. Obiectul. Cerințe față de spațiul locativ. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului de închiriere a spațiului locativ. Dreptul chiriașului de a instala alte persoane. Locatarii temporari. Menținerea și rezervarea încăperii. Obligațiile părților</p> <p>4. Formele contractului de închiriere a spațiului locativ. Fondul locativ privat. Fondul locativ de serviciu. Fondul locativ în cămine</p>
<p>Tema 9. Contractul de leasing</p> <p>1. Noțiunea și caracteristica contractului de leasing. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Delimitarea de alte contracte</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul. Perioada de</p>

<p>amortizare a echipamentului și corelația ei cu termenul contractului</p> <p>3. Clasificarea contractului de leasing</p> <p>4. Drepturile și obligațiile părților</p>
<p>Tema 10. Contractul de concesiune</p> <p>1. Noțiunea și particularitățile. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Tipurile contractului de concesiune</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului. Drepturile și obligațiile concedentului. Drepturile și obligațiile concesionarului</p> <p>4. Încetarea contractului. Temeiurile</p>
<p>Tema 11. Contractul de antrepriză</p> <p>1. Noțiunea, caracterle juridice și importanța. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Tipurile raporturilor de antrepriză. Delimitarea contractului de antrepriză de contractul individual de muncă. Riscurile în contractul de antrepriză</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Devizul fix și cel aproximativ. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului. Drepturile și obligațiile părților. Recepționarea lucrărilor executate. Drepturile clientului în cazul lucrării executate cu vicii. Reclamațiile și acțiunile</p> <p>4. Rezilierea. Răspunderea părților</p> <p>5. Contractul de deservire curentă a cetățenilor. Noțiunea. Caracteristica generală. Drepturile și obligațiile părților</p> <p>6. Contractul de antrepriză pentru construcții capitale.. Noțiunea. Caracteristica generală. Drepturile și obligațiile părților</p>
<p>Tema 12. Contractul de prestări servicii</p> <p>1. Noțiunea și caracterele generale. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Delimitarea de alte contracte</p> <p>2. Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>3. Conținutul contractului</p> <p>4. Încetarea contractului. Temeiurile și efectele</p>
<p>Tema 13. Contractul de transport</p> <p>1. Noțiunea și clasificarea transportului. Reglementarea juridică</p> <p>2. Noțiunea, natura juridică și particularitățile contractului de transport</p> <p>3. Elementele contractului de transport. Părțile. Statutul destinatarului în contractul de transport. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul</p> <p>4. Contractul de transport feroviar. Noțiunea. Caracterisica generală. Scrisoarea de trăsură. Drepturile și obligațiile părților în punctul de expediere, în timpul deplasării încărcăturii și în punctul de destinație. Răspunderea părților</p> <p>5. Contractul de transport auto. Noțiunea. Caracterele juridice. Ordinea de încheiere. Buletinul de însoțire. Conținutul contractului și răspunderea părților</p> <p>6. Contractul de transport maritim. Noțiunea. Caracterisica generală. Tipurile contractului. Conosamentul. Conținutul contractului. Răspunderea părților</p> <p>7. Contractul de transport aerian. Noțiunea. Caracterisica generală. Drepturile și obligațiile părților în punctul de expediere, în timpul deplasării și în punctul de destinație. Răspunderea părților</p> <p>8. Contractul de transport combinat. Noțiunea. Trăsăturile caracteristice. Elementele și conținutul contractului. Răspunderea părților</p> <p>9. Contractul de transport de călători și bagaje. Noțiunea. Tipurile. Drepturile și</p>

<p>obligațiile părților. Răspunderea părților</p> <p>10. Condițiile și termenul de prezentare a pretențiilor</p>
<p>Tema 14. Contractul de mandat</p> <ol style="list-style-type: none"> Noțiunea, caracterele juridice și particularitățile. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Cauzele apariției și dezvoltării mandatului Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Forma. Termenul Conținutul contractului. Obligațiile mandatarului și ale mandantului. Substituirea mandatarului Încetarea contractului de mandat. Temeiurile și efectele
<p>Tema 15. Contractul de depozit</p> <ol style="list-style-type: none"> Noțiunea și caracterele generale. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Delimitarea de alte contracte civile Elementele contractului de depozit. Părțile. Obiectul. Forma. Prețul. Termenul Conținutul contractului de depozit. Răspunderea părților. Obligațiile depozitarului și ale deponentului. Cuantumul reparațiunii
<p>Tema 16. Contractul bancar</p> <ol style="list-style-type: none"> Noțiunea și caracterele generale. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Delimitarea de alte contracte. Clasificarea contractelor bancare Contractul de depozit bancar. Noțiunea. Importanța, caracterele juridice. Depozitul în folosul unei terțe persoane. Depozitul pe termen și la vedere. Prețul și forma contractului. Certificatul de economii și de depozit. Înstrăinarea lor Contractul de cont curent bancar. Noțiunea și caracterele juridice. Tipurile de conturi. Elementele și conținutul contractului Contractul de credit bancar. Reglementarea juridică. Clasificarea creditelor. Ordinea de încheiere a contractului. Elementele contractului Garanția bancară. Noțiunea. Caracteristica generală. Obiectul. Forma. Efectele garanției bancare. Încetarea garanției bancare
<p>Tema 17. Contractul de împrumut</p> <ol style="list-style-type: none"> Noțiunea și caracterele juridice. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Delimitarea contractului de împrumut de alte contracte Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Dobânda în contractul de împrumut. Forma. Termenul Conținutul contractului și răspunderea părților. Drepturile și obligațiile părților. Particularitățile împrumutului oferit de lombard și de alte instituții
<p>Tema 18. Contractul de asigurare</p> <ol style="list-style-type: none"> Noțiunea și caracterele generale. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Funcțiile asigurării. Principalele noțiuni din asigurări Clasificarea asigurărilor. Asigurarea benevolă și obligatorie. Asigurarea de bunuri, de persoane și de răspundere civilă. Coasigurarea și reasigurarea Elementele contractului. Ordinea de încheiere a contractului. Polița de asigurare. Părțile. Beneficiarul asigurării. Intermediarii asigurării. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul Conținutul contractului. Obligațiile asiguratorului și ale asiguratului. Condițiile de asigurare. Refuzul asiguratorului de a plăti suma sau despăgubirea de asigurare
<p>Tema 19. Contractul de franchising</p> <ol style="list-style-type: none"> Noțiunea și caracterele generale. Noțiunea. Importanța, caracterele și reglementarea juridică. Clasificarea franchisingului Elementele contractului. Părțile. Obiectul. Prețul. Forma. Termenul Conținutul contractului. Drepturile și obligațiile părților. Răspunderea părților pentru

neexecutarea sau executarea necorespunzătoare a contractului. Încetarea și efectele încetării contractului
Strategii de evaluare
<ol style="list-style-type: none"> 1. Evaluări sumative periodice 2. Evaluarea sumativă finală: examen
Bibliografie
<p>LEGISLAȚIE</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Codul civil, nr. 1107/2002 2. Legea 1117/1997 privind bursele de mărfuri 3. Legea 130/2014 privind bursele private 4. Legea 96/2007 privind achizițiile publice 5. Legea 1324/1993 privind privatizarea fondului de locuințe 6. Legea 1543/1998 privind cadastrul bunurilor imobile 7. Legea 1247/1992 privind reglementarea de stat a regimului proprietății funciare, cadastrul funciar de stat și monitoringul funciar 8. Legea 534/1995 cu privire la concesiuni 9. Legea 105/2003 cu privire la protecția consumatorilor 10. Codul transporturilor rutiere, nr. 150/2014 11. Legea 548/1995 cu privire la Banca Națională a Moldovei 12. Legea 550/1995 privind instituțiile financiare 13. Legea 575/2003 cu privire la garantarea depozitelor persoanelor fizice în sistemul bancar 14. Legea 407/2006 cu privire la asigurări 15. Legea 1335/1997 cu privire la franchising 16. Legea 283/2003 privind activitatea particulară de detectiv și de pază <p>LITERATURA</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Bloșenco, A., <i>Răspunderea civilă delictuală</i>, Chișinău, 2002 2. Căpățînă, O., <i>Contractul comercial de transport</i>, București, 1995 3. Chibac, Gh., Băieșu, A., Rotari, Al., Efrim, O., <i>Drept civil. Contracte speciale</i>, Chișinău, 2005 4. Chibac, Gh., Chiriac, A., <i>Curs succint de prelegeri la drept civil</i>, Chișinău, 2000 5. Deak, F., <i>Tratat de drept civil. Contracte speciale</i>, București, 1996 6. Mihaela, G., <i>Tranzacții bursiere: piețele futures și de opțiuni</i>, București, 1995 7. Milescu Istrate, N., <i>Drept civil. Curs de teoria generală a drepturilor de creanță</i>, București, 2004 8. Nistorescu, C., <i>Reprezentarea și mandatul în dreptul privat</i>, București, 2004 9. Safta-Romano, E., <i>Dreptul de moștenire</i>, Iași, 1995 10. Toader, C., <i>Manual de contracte civile speciale</i>, București, 2000 11. Țiganaș, I., <i>Drept civil. Contracte speciale (scheme)</i>, Chișinău, 2009 12. Брагинский, М., <i>Договорное право</i>, Москва, 2000 13. Брагинский, М., Витрянский, В., <i>Договорное право</i>, Москва, 2004 14. Витрянский, В., <i>Договор купли-продажи</i>, Москва, 2000 15. Суханов, Е., <i>Гражданское право</i>, т. 2, Москва, 2003 16. Кибак, Г., <i>Арендное право</i>, Кишинэу, 2003 <p>PRACTICA JUDECĂTOREASCĂ</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 22.11.2004, nr.38 - Cu privire la aplicarea de către

instanțele economice a prevederilor legale ce țin de dizolvarea agenților economici //Buletinul CSJ a RM 1/15, 2005

2. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 22.11.2004, nr.34 - Cu privire la aplicarea Legii insolvenței de către instanțele judecătorești economice //Buletinul CSJ a RM 11/6, 2004
3. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 09.10.2006, nr.8 - Cu privire la aplicarea legislației despre apărarea onoarei, demnității și reputației profesionale a persoanelor fizice și juridice //Buletinul CSJ a RM 3/16, 2007
4. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 27.03.2006, nr.2 - Cu privire la aplicarea unor dispoziții ale Codului civil și ale altor acte normative referitoare la dreptul de proprietate privată asupra imobilelor, inclusiv asupra construcțiilor anexe //Buletinul CSJ a RM 12/14, 2006
5. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 09.10.2006, nr.7 - Cu privire la practica aplicării legislației despre protecția consumatorilor la judecarea cauzelor civile //Buletinul CSJ a RM 3/4, 2007
6. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 09.10.2006, nr.9 - Cu privire la aplicarea de către instanțele de judecată a legislației ce reglementează repararea prejudiciului moral //Buletinul CSJ a RM 2/19, 2007
7. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 04.02.2005, nr.5 - Cu privire la practica soluționării unor litigii ce rezultă din relațiile de credit bancar //Buletinul CSJ a RM 9/6, 2005
8. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 31.05.2004, nr.17 - Cu privire la practica examinării de către instanțele judecătorești a cauzelor privind limitarea în capacitatea de exercițiu și declararea incapacității persoanei fizice //Buletinul CSJ a RM 7/4, 2004
10. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 07.07.2008, nr.1 - Cu privire la aplicarea de către instanțele de judecată a legislației ce reglementează nulitatea actului juridic civil //Buletinul CSJ a RM 4-5/4, 2009



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Drept procesual civil
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Arhiliuc Sergiu
Cadre didactice responsabile	Arhiliuc Sergiu, Țiganaș Ion
e-mail:	sergiu.arhiliuc@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F 03 O. 19	3	2	3	90	45	7	45	33

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Cursul de Drept procesual civil vine să ofere studenților competențe elementare, dar și să formeze viziuni și priceperi despre modul de realizare a justiției civile. Justiția civilă reglementată de Dreptul procesual civil reprezintă mijlocul de apărare și promovare a drepturilor, libertăților și intereselor legale a persoanei într-un stat de drept și o societate democratică.

Piața contemporană înaintea față de specialistul în protecție pază și securitate cerințe avansate. Prin urmare și pregătirea acestuia trebuie să fie atât de complexă, încât să facă față tuturor provocărilor. Astfel, astăzi pe lângă pregătirea specifică și fizică agentul în protecție pază și securitate are nevoie și de competențe juridice pentru a cunoaște structura și modul de funcționare a statului de drept și a societății democratice. Iar, cursul de Drept procesual civil vine să ofere asemenea competențe, fapt ce îi permite organic să se integreze în programul de studii.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Cursul de Drept procesual civil dezvoltă la studenți competențe: de a învăța să învețe; de a comunica în limba de stat utilizând un limbaj argumentat științific; de a utiliza tehnologii inclusiv informaționale și comunicaționale; interpersonale, civice și morale de a acționa în diferite situații

de viață în baza normelor și valorilor moral-spirituale, dar și de a manifesta o poziție activă civică, solidaritate și coeziune socială pentru o societate nondiscriminatorie; autocunoaștere și autorealizare; dar și competențe profesionale de cunoașterea și înțelegerea structurii și principiilor activității organelor securității statului și a organelor de ocrotire a normelor de drept.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să identifice scopul, sarcinile, principiile, elementele și locul dreptului procesual civil în sistemul de drept, statul de drept și societatea democratică;
- să determine cercul de subiecte a raporturilor juridice procesual civile;
- să descrie sistemul judecătoresc și modul de activitate a instanțelor de judecată;
- să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale ale dreptului procesual civile precum: competența, acțiunea civilă, părți, probe, instanță de judecată, cercetare și soluționare, căi de atac, executarea hotărârii judecătorești, etc.

II. La nivel de aplicare

- să evedențieze și să clasifice, după anumite criterii, diferite noțiuni și categorii ale dreptului procesual civil;
- să identifice gradul de interacțiune dintre diferite instituții ale Dreptului procesual civil, dar și dintre interesul public și cel privat la examinarea cauzelor civile;
- să explice noțiunile și principiile fundamentale ale dreptului procesual civil;
- să interpreteze corect normele dreptului procesual civil și să utilizeze actele normative la examinarea cauzelor din domeniul respectiv.

III. La nivel de integrare

- să aprecieze tendințele legislației în ceea ce privește reglementarea statutului juridic al participanților la raporturile procesuale civile;
- să identifice problemele existente în ceea ce privește formele, metodele și alte mecanisme juridice de realizare a activității de înlăptuire a justiției în stat;
- să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației în domeniul dreptului procesual civil;
- să evalueze starea și nivelul organizatoric al instituțiilor care aplică prevederile dreptului procesual civil.

Precondiții

Studii liceale finalizate cu susținerea examenului de bacalaureat, adică Diploma de bacalaureat sau un alt act echivalent de studii.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Noțiuni introductive în studiul		4	-	2	-	-	-	6	4

	dreptului procesual civil									
2.	Competența generală și competența jurisdicțională	2	2	2	-	-	-	4	2	
3.	Participanții la procesul civil	2	-	-	-	-	-	4	3	
4.	Termenele procedurale și cheltuielile de judecată	2	-	2	-	-	-	4	3	
5.	Probele și probațiunea în procesul civil	4	1	2	-	-	-	4	4	
6.	Acțiunea civilă și intentarea pricinii civile	4	1	2	-	-	-	4	4	
7.	Pregătirea pricinii civile pentru dezbaterile judiciare	2	-	-	-	-	-	3	4	
8.	Dezbaterile judiciare și dispozițiile primei instanțe de judecată	4	2	3	-	-	-	6	4	
9.	Noțiuni generale privind procedura în contenciosul administrativ, procedura specială și procedura în ordonanță	2	-	-	-	-	-	4	2	
10.	Noțiuni generale cu privire la apel, recurs, revizuire și executarea silită a hotărârilor judecătorești	4	2	2	1	-	-	6	3	
TOTAL		30	6	15	1			45	33	

Conținutul unităților de curs

- Tema 1. :** 1. Procesul civil – mijloc de realizare a justiției civile;
2. Noțiunea, normele și raporturile juridice, sarcinile și particularitățile procesului civil;
3. Principiile, izvoarele și corelația dreptului procesual civil cu alte ramuri de drept
4. Obiectul, structura și tipurile de proceduri civile
5. Fazele procesului civil
- 1. Tema 2. :** 1. Organizarea judecătorească în Republica Moldova.
2. Competența generală.
3. Competența jurisdicțională.
4. Conflictul de competență
- Tema 3. :** 1. Noțiuni introductive cu privire la participanții la procesul civil.
5. Instanța de judecată.
6. Părțile în procesul civil.
7. Participarea procurorului în procesul civil.
8. Alți participanți în procesul civil
- Tema 4. :** 1. Noțiunea și clasificarea termenilor procedurale.
2. Calcularea termenelor de procedură.
3. Suspendarea, prelungirea și repunerea în termen.
4. Noțiunea și felurile cheltuielilor de judecată în procesul civil.
5. Amenzile judecătorești
- Tema 5. :** 1. Noțiunea, sarcina și obiectul probațiunii.
2. Noțiunea și clasificarea probelor.
3. Pertinența, admisibilitatea și aprecierea probelor.
4. Faptele care nu se cer a fi probate.
5. Sistemul mijloacelor de probă.

Tema 6. : 1. Noțiunea, elementele și clasificarea acțiunilor civile.

2. Dispunerea de dreptul la acțiune.

3. Procedura asigurării acțiunii civile și a anulării măsurilor de asigurare.

4. Intentarea pricinii civile și cerințele de formă și de conținut ale acțiunii civile.

5. Efectele intentării procesului civil și mijloacele de apărare a intereselor părțului.

6. Actele de dispoziție ale părților asupra acțiunii civile.

Tema 7. : 1. Caracteristica generală și importanța fazei de pregătire a pricinii civile pentru dezbaterile judiciare.

2. Conținutul fazei de pregătire a pricinii civile pentru dezbaterile judiciare.

3. Înștiințarea participanților la proces

Tema 8. : 1. Noțiuni generale asupra dezbaterilor judiciare.

2. Ședința de judecată și etapele de derulare a ei.

3. Procesul verbal al ședinței de judecată și incidentele procesuale.

4. Hotărârea judecătorească și dispozițiile primei instanțe.

Tema 9. : 1. Noțiunea, părțile și obiectul acțiunii, competența jurisdicțională și procedura în contenciosul administrativ.

2. Caracteristica generală a procedurii speciale

3. Caracteristica generală a procedurii în ordonanță

4. Caracteristica generală a altor tipuri de proceduri prevăzute de legea procesual civilă

Tema 10. : 1. Caracteristica generală a apelului: noțiunea, obiectul, subiecții cu drept de sesizare a instanței de apel, termenele și procedura în fața instanței de apel.

2. Caracteristica generală a recursului: noțiunea, obiectul, subiecții cu drept de sesizare a instanței de recurs, termenele și procedura în fața instanței de recurs

3. Caracteristica generală a revizuirii: noțiunea, obiectul, subiecții cu drept de sesizare a instanței de revizuire, termenele și procedura în fața instanței de revizuire

4. Caracteristica generală a executării silite a hotărârilor judecătorești

Strategii de evaluare

La evaluarea competențelor în funcție de scopurile urmărite, vom aplica:

- *evaluarea inițială* care se realizează la începutul ciclului de învățămînt;

- *evaluarea formativă*, realizată pe parcursul procesului didactic, prin verificări sistematice ale studenților pe măsură ce sunt parcurse unitățile de conținut. Acest tip de evaluare este unul de monitorizare, de înregistrare a progreselor obținute de la o secvență la alta și oferă posibilitatea ameliorării acestor progrese și raportării permanente la obiectivele operaționale. Aceasta constituie 60% din nota generală obținută la disciplină.;

- *evaluarea rezumativă sau cumulativă*, realizată la sfîrșitul semestrului, odată cu finalizarea cursului de *Drept procesual civil*. Această evaluare constituie 40% din nota generală obținută la disciplină.

Fiecare tip de evaluare se va realiza prin mai multe strategii didactice: tradiționale (*evaluarea orală și scrisă*) și complementare (*studiu de caz, rezolvare de spețe, cercetare individuală, cercetare de grup, proiect de grup, portofoliu*)

Bibliografie

a) Acte internaționale și regionale

4. Declarația Universală a Drepturilor Omului, adoptată la New York la 10 decembrie 1948,

5. Convenția europeană pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale din 04.11.1950 și Protocoloalele adiționale, ș.a.

6. Convenția Comunității Statelor Independente privind asistența juridică și raporturile de drept în procesele civile, familiale și penale din 22 ianuarie 1993, ratificată de Parlamentul Republicii Moldova la 16 Martie 1995

b) Acte normative naționale

1. Constituția Republicii Moldova, (adop. la 29.07.1994 și într. în vig. de la 27.08.1994).
2. Codul de Procedură Civilă al Republicii Moldova, nr. 225 din 30.05.2005, Mon. Of. al RM din 12.06.2003, nr. 111-115, art. 451, intrat în vigoare la 12.06.2003.

c) Hotărâri pertinente ale Curții Constituționale.

g) Literatură generală teoretică:

1. Măgureanu Florea, Drept procesual civil român, V I-II, Editura „Lumina Lex”, București, 1997,
2. Leș Ioan, Principii și instituții de drept procesual civil V I-II, Editura „Lumina Lex”, București 1998,
3. Ciobanu Viorel, Tratat teoretic și practic de procedură civilă, V I-II, Editura Național, București, 1996,
4. Stoenescu Ilie, Porumb Grațian, Drept procesual civil român, Editura Didactică și pedagogică, București, 1966,
5. Al. Velescu, Recursul civil, Editura Științifică București, 1965,
6. Negru Vasile, Radu Dumitru, Drept procesual civil, Editura didactică și pedagogică, București,
7. Ilie Stoenescu, Savely Zilberstein, Tratat de drept procesual civil, V I-II, București 1973,
8. Boroș Gabriel, Drept procesual civil, V I-II, București, 1973,
9. Leș Ioan, Participarea părților în proces civil. Editura „Dacia”, Cluj-Napoca, 1989,
10. Boroș Gabriel, Rădescu Dumitru, Codul de procedură civilă comentat și adnotat Editura „All”, București, 1996,
11. Emil Poenaru, Rolul procurorului în procesul civil, Editura Științifică, București 1964
12. Dorofman Ina, Drept procesual civil: (note de curs), Chișinău, Ed. la Tipogr. Orhei, 2010, 248 p.
13. Chelaru Mirela, Considerații referitoare la aplicarea principiului disponibilității în materie civilă la instanța de apel, D. Nr. 10-11 din 1994,

Drept contravențional procedură contravențională



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Securitate civilă și publică					
Denumirea cursului		Natație					
Titularul cursului		Diacenco Eugenia					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 03 O.21	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limba de instruire	Română/Rusă	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	60	Studiu individual	30	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – orientare spre specialitate)							S
Catedra	Natație și Turism	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natație@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90	15	-	45	30	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „Natație” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor în domeniul <i>Servicii ale securității</i>, specialitatea <i>Securitate civilă și publică</i>, în cadrul facultății de Protecție pază și securitate a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p>Scopul programei curriculare la disciplina „Natație” constă în – însușirea cunoștințelor teoretice, deprinderilor motrice ale înotului sportiv și aplicativ, metodicii de învățare a înotului aplicativ, salvarea de la înec; modernizarea procesului de pregătire profesională a studenților de la specialitatea SCP, favorizând astfel dezvoltarea sistemului pedagogic de pregătire a cadrelor științifico-pedagogice în domeniul <i>Protecției persoanelor și a proprietății</i>, în conformitate cu nivelul de dezvoltare și cerințele societății contemporane.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului superior, care presupun formarea specialiștilor în domeniul protecției persoanelor și a proprietății, capabili de a utiliza elementele înotului sportiv și aplicativ în cadrul misiunilor speciale, desfășurate în diverse circumstanțe cu diverse 						

	<p>contingente de persoane;</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiective cadru ale învățământului superior ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul protecției persoanelor și a proprietății prin implicarea acestuia în activități ce presupun cunoașterea tehnicii, metodicii de învățare a înotului sportiv și aplicativ, care va asigura buna desfășurare a programelor de pregătire profesională; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>Capitolul dedicat înotului aplicativ reunește principalele probleme legate de pregătirea specialiștilor din instituțiile de învățământ superior cu profilul SCP.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ al USEFS, disciplina „Natație” este planificată în an II, sem. III, 90 ore, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Astfel, curriculumul vizat, constituie un reper teoretic, practic și metodologic în vederea formării profesionale moderne a specialistului în protecția persoanelor și a proprietății.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitatea creativă și diversificată de selectare a mijloacelor, metodelor, programelor și sistemelor de acționare inovative în însușirea deprinderilor motrice și formarea priceperilor motrice de înot sportiv și aplicativ; • Posedarea nivelului productiv cu elemente de creație în procesul de proiectare și programare a activităților instructive de antrenament la înot și lecțiile de înot aplicativ; • Abilitatea de a selecta, explica și demonstra mijloacele didactice specifice înotului sportiv și aplicativ selectate în raport cu obiectivele de instruire propuse; • Gândirea constructivistă privind diversitatea modalităților de planificare, organizare, desfășurare și evaluare a activităților de înot sportiv și aplicativ; • Abilitatea de aplicare a metodelor și mijloacelor de instruire și evaluare adecvate particularităților de vârstă, de sex, nivelul de pregătire și obiectivelor propuse. • Identificarea și interpretarea valențelor formative ale înotului sportiv și aplicativ; înțelegerea și utilizarea metodelor consacrate de analiză și interpretare creativă în elaborarea structurilor motrice și programelor de înot aplicativ; • Valorificarea sistematică, selectiv adecvată a celor mai noi informații din domeniul înotului sportiv și aplicativ, teorii și modele de acțiune concretă, utilizarea lor adecvată în comunicarea profesională.

	<p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conștientizarea importanței și necesității de dezvoltare personală multilaterală și formarea profesională continuă prin selectarea și utilizarea eficientă a resurselor de ultimă oră. • Autoevaluarea modului în care satisface așteptările conform status-ului; • Competențele de comunicare interpersonală, profesională și socială necesare în demonstrarea capacității de a lucra în echipe interdisciplinare, comisii, colaborarea cu specialiștii din domeniul SCP și din domenii înrudite; • Capacitatea de integrare în grupuri profesionale prin aprecierea diversității educative generale motrice în cadrul diversității culturale; • Leadership; • Executarea responsabilă a sarcinilor profesională în condițiile unei autonomii restrânse și asistența calificată să dirijeze procesul de antrenament cu caracter de fortificare și adaptare la situații ne standarde, în condițiile modificărilor permanente și cerințelor societății, asigurând securitatea vitală și respectarea normelor de securitate în desfășurarea activităților cotidiene și profesionale. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să identifice principiile didactice aplicate la însușirea înotului sportiv și aplicativ; - să cunoască metodele și mijloacele de învățare a exercițiilor de înot sportiv și aplicativ; - să cunoască metodologia desfășurării procesului de învățare a procedeelelor sportive și aplicative în cadrul structurii lecției de înot; - să cunoască metodică reglării efortului fizic în cadrul lecției; - să determine noțiunile de bază ale cercetărilor pedagogice, metodele de cercetare, lucrul cu literatura. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să selecteze și să aplice exerciții pregătitoare și speciale pentru învățarea elementelor tehnice de bază a procedeelelor de înot sportiv și aplicativ; - să explice corect tehnica mișcărilor de picioare, brațe și respirație; coordonarea mișcărilor în procedeele sportive și aplicative; - să interpreteze corect salvarea de la înece, transportarea și acordarea primului ajutor persoanei care a căzut în primejdie. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să poată organiza, desfășura jocuri, distracții și competiții la înot; - să participe și să organizeze manifestările de salvare de la înece, transportarea și acordarea primului ajutor; - să utilizeze mijloacele tehnice de instruire a exercițiilor de înot sportiv și aplicativ; - să explice și să execute expresiv exercițiile de înot sportiv și aplicativ; - să-și autoevalueze nivelul pregătirii tehnice sportive și aplicative; - să încadreze în cadrul lecției elemente de cercetare științifică. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Practice	LI
	1.	Introducere în natație. Bazele generale ale	4	2		2

	înotului sportiv.				
2.	Tehnica înotului sportiv, starturilor și întoarcerilor.	6	4		2
3.	Tehnica procedeelor de înot aplicativ. Greșelile care pot apărea la însușirea tehnicii înotului aplicativ – metodele și mijloacele de înlăturare.	4	2		2
4.	Bazele tehnicii înotului aplicativ: înotul în condiții extreme, salvarea de la înec și depășirea obstacolelor acvatice.	6	4		2
5.	Metodica învățării înotului aplicativ.	5	3		2
6.	Învățarea exercițiilor pregătitoare pentru acomodarea cu apa.	2		2	
7.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare craul pe piept, craul pe spate.	3		2	1
8.	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe craul pe piept.	2		2	
9.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept (în coordonare cu respirația și fără).	3		2	1
10.	Învățarea și perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe în procedeul craul pe piept. Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe craul pe spate.	3		2	1
11.	Perfecționarea tehnicii înotului craul pe piept și craul pe spate.	3		2	1
12.	Învățarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	6		4	2
13.	Învățarea tehnicii mișcărilor de brațe bras în coordonare cu respirația și fără. Învățarea și perfecționarea coordonării mișcărilor de brațe, picioare, respirație la procedeele, craul pe piept și spate.	6		4	2
14.	Învățarea continuă a tehnicii mișcărilor de brațe bras. Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare bras.	3		2	1
15.	Învățarea și perfecționarea tehnicii întoarcerilor. Perfecționarea tehnicii înotului bras în coordonare.	3		2	1
16.	Învățarea și perfecționarea tehnicii startului de pe blocul de start și din apă.	3		2	1
17.	Învățarea tehnicii înotului bras pe spate. Perfecționarea tehnicii mișcărilor de picioare la procedeele de înot sportiv.	6		4	2
18.	Învățarea tehnicii înotului pe o parte. Perfecționarea tehnicii mișcărilor de brațe la procedeele de înot sportiv.	6		4	2
19.	Învățarea tehnicii plonjărilor în lungime și adâncime. Perfecționarea tehnicii	3		2	1

	procedeelor de înot sportiv.				
	20. Învățarea tehnicii eliberării din prizele submersatului. Perfecționarea tehnicii procedeeului de înot bras pe spate.	3		2	1
	21. Învățarea procedeelor de transportare a submersatului. Perfecționarea tehnicii procedeeului de înot pe o parte.	5		3	2
	22. Folosirea jocurilor și distracțiilor cu elemente din înotul aplicativ. Perfecționarea tehnicii procedeelor sportive și aplicative de înot.	5		4	1
	Total	90	15	45	30
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Strategii de predare și învățare în cadrul cursului: didactice interactive, lucrărilor practice, discuției problematice (dezbateri), algoritmizării (studiul individual, referat), problematizării, modelării, euristici (consultarea surselor bibliografice).</p> <p>În conformitate cu aceste principii sunt utilizate metode tradiționale: expunerea didactică; conversația; metoda demonstrației, a observării; lucrul cu manuale și sursele bibliografice; exercițiu; algoritmizare; modelare didactică; problematizare etc. Programul de studiu prevede lectura textelor de specialitate dirijată, întocmirea de referate la teme și alte activități supervizate.</p>				
Strategii de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală/practică se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale, normative inițiale de control</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă se efectuează sub forma de <i>normative de control</i>, petrecute în cadrul orelor practice, pe un anumite elemente ale tehnicii de înot sportiv și aplicativ, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, se constată caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p> <p>Prezență: minim 50% la activitățile de curs și practice. Vor fi acceptați la examen studenții care vor obține minim nota 5 la normativul practice.</p>				
Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)	Nota finală				100%
	Nota pentru evaluarea finală				40%
	Nota evaluarea curentă				40%
	Nota lucrul individual				20%

Referințe bibliografice

1. Botnarenco T. Rîșneac B. – Manual de înot pentru elevi. Chișinău, 2013.
2. Fiedler P., Fetescu S. - Înot. Manual. Universitatea „AL. I. CUZA” IAȘI. Facultatea de educație fizică și sport, 1996.
3. Szatmari L., Ceonța D., Pop N.H., Baloga I., Înot - Suport de curs. Lucrări practice, 2009.
4. Булгакова Н. Ж. – Плавание. Учебник для ВУЗов. М.: ФиС, 2001.
5. Булгакова Н. Ж. Теория и методика плавания: Учеб. для студ. учреждений высш. проф. образования. – М.: Изд. Центр «Академия», 2014.
6. Викулов А.Д. Плавание: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. М. – ВладосПресс, 2003.
7. Ганчар И.Л. – Технология обучения плаванию: Учеб. пособие для высших учебных заведений физической культуры.- М.:СпортАкадемПресс, 2002.
8. Давыдов В.Ю. Безопасность на воде и оказание помощи пострадавшим. – Волгоград: ВГАФК, 2007.
9. Дьяченко Е., Скорценский Д. Курс лекций по дисциплине «Спортивное плавание» : для студентов пед. фак. , обучающихся по специальности 1000.3 «фитнес и рекреационные программы». Кишинэу : Б. 2018 (Тирогр. Totex-Lux). 135p ISBN 978-9975-3191-0-2.
10. Козлов А.В. Прикладное плавание. – СПб., 1998.
11. Макаренко Л.П. – Техника спортивного плавания: Пособие для тренеров. – М.: Всероссийская федерация плавания, 2000.
12. Молчанова Н.В. Основы ныряния с задержкой дыхания. – М. – «Академия», 2013.
13. Первая помощь при несчастных случаях и экстремальных ситуациях. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
14. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических ВУЗов. Учеб. пособие .- М.: Высшая школа, 1985.
15. Сазонова И.В. Прикладное плавание: Учебно-методическое пособие. – Волгоград: ВГАФК, 2003.
16. http://plavaem.info/prikladnoe_plavanie.php



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Lupta corp la corp
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Probe Sportive Individuale
Titular de curs	Scobioală Ghenadie
Cadre didactice responsabile	Scobioală Gh., Neagu Igor
e-mail:	catedra PSI usefs.md@mail.ru

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 03O. 0 22	3	II	III	90	60	20	30	70

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina Lupta corp la corp are scopul de a familiariza studenții Facultății Protecție, Pază și Securitate cu metode, tehnici și strategii eficiente de gestionare a situațiilor critice ce conțin agresiuni fizice și atacuri asupra agenților de securitate și a persoanelor protejate de ei, situații ce sunt nemijlocit întâlnite în specificul profesiei.

Conform specificului de specialitate agenții de securitate sunt vizați să intervină în situații de stres provocate de violențe fizice unde adesea este inevitabilă aplicarea forței fizice, a procedurilor de lupta corp la corp și chiar a armei din dotare. Deaceia, succesul activității specialiștilor în domeniul Securității Civile și Publice este direct condiționat de dezvoltarea capacităților psihomotrice care reflectă abilitățile specifice de intervenție în situații periculoase, de nivelul dezvoltării motricității speciale de profil și a calităților psihologice formate prin intermediul disciplinei.

Conținutul disciplinei constituie o varietate de metode și mijloace specifice luptelor corp la corp, acțiunilor tehnico-tactice de protecție a persoanelor unde studenții exersează în special mai mult exercițiile ce conțin ca mijloc greutatea corpului propriu sau al colegului.

Pe lângă partea practică, o importanță majoră în conținutul cursului este acordată și domeniului legalității folosirii forței fizice de către agentul de securitate, astfel să fie în măsură să folosească strict nivelul de forță necesar pentru a pune capăt amenințărilor și folosirea forței să rămână în

limitele prevederilor legale. Este vorba de o abordare concretă și coerentă a intervenției fizice care vizează exercitarea misiunilor de serviciu în corelație cu trei principii de bază: de legalitate, de protecție și de eficiență.

Obiectivele disciplinei:

- Achiziționarea cunoștințelor fundamentale privind principalele concepte ale disciplinei.
- Dezvoltarea capacităților psihomotrice și a deprinderilor specifice de intervenție în situații de contracarare a agresiunilor fizice, educarea calităților psihologice și volitive.
- Cunoștințe în sfera legalității aplicării forței fizice, a procedurilor de lupte aplicative, a mijloacelor speciale și a armei de foc în specificul profesiei.
- Formarea bazelor instruirii didactice a exercițiilor fizice speciale și a procedurilor de lupte sportiv-aplicative.
- Educarea gândirii strategice și analitice profesionale în domeniul anticipării situațiilor dificile.
- Achiziționarea cunoștințelor în autoevaluarea și autocontrolul fizico-tactic, psiho-emoțional în baza cunoștințelor și priceperilor formate.
- Aprofundarea cunoștințelor practico-metodice de specialitate pentru a le aplica în propria auto perfecționare.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe profesionale:

- Capacitatea aplicării deprinderilor și priceperilor de acțiune promptă, corectă și în timp util în situații de atacuri și agresiuni fizice asupra colaboratorilor PPS și în situații de protecție a persoanelor protejate.
- Dezvoltarea și perfecționarea contunuuă a calităților motrice de bază, a tehnicilor de intervenție fizică profesională.
- Aplicarea gândirii strategice și analitice în anticiparea situațiilor periculoase.
- Utilizarea legislației în vigoare privitor la aplicarea forței fizice, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare.
- Adaptarea stărilor psihologice și a manifestărilor psihocomportamentale în funcție de situația dificilă cu pericol iminent.

Competențe transversale:

- De a stăpîni un ansamblu de cunoștințe fundamentale în domeniul pregătirii profesional-aplicative, precum: metodologia antrenamentului sportiv, căi de eficientizare a aplicării tehnicilor de lupte adaptate profilului de specialitate, menținerea condiției fizice profesionale.
- De a cunoaște metode de autoevaluare și autocontrol psihomotric, de restabilire după suprasolicitări psihofizice.
- De a deține calități atitudinale: de personalitate, ale comportamentului civic, a sentimentelor morale fundamentale (față de societate, de colectiv, de profesie și muncă).

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să definească conceptele cheie, noțiunile disciplinei de studiu, principiile de bază ale aplicării tehnicilor de lupte, metodele de bază ale antrenamentului sportiv și ale pregătirii profesional-aplicative;
- să perceapă la nivelul cognitiv și motric acțiunile de contracarare a agresiunilor fizice, de imobilizare a agresorului și importanța lor în formarea profesională a viitorului specialist PPS;
- să perceapă necesitatea aplicării legale și proporționale a tehnicilor de atac și contraofensive în

raport cu nivelul agresiunii,

- să identifice modalitățile de anticipare a psihocomportamentului agresiv al agresorului;
- să perceapă eficacitatea metodelor de autocontrol fizic și psihoemoțional.

II. La nivel de aplicare

- să execute eficient acțiuni de contraofensivă și imobilizare a agresorului prin tehnici de luptă corp la corp în cazul autoapărării sau în cazul protecției persoanelor;
- să execute acțiuni tehnico-tactice de neutralizare a atacurilor prin aplicarea legală a obiectelor auxiliare, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare;
- să analizeze anticipat posibilele atacuri în dependență de poziția persoanelor din apropiere, a reliefului și a edificiului și să aplice corect tactica de acțiuni în neutralizarea și imobilizarea unuia sau mai multor agresori;
- să formeze calități psihomoarle: corectitudine, inițiativă, responsabilitate, insistență, colectivism și ajutor reciproc;

III. La nivel de integrare

- să explice și să implimenteze eficient strategiile de gestionare psihofizică a situațiilor ce conțin agresiuni fizice întâlnite în specificul profesiei;
- să dispună abilități de comunicare persuasivă și să acționeze eficient referitor la soluționarea problemelor condiționate de situații violente;
- să contribuie activ prin cunoștințele acumulate la formarea și perfecționarea măiestriei profesionale-aplicative a colectivului de muncă;
- să formeze relații interpersoanle favorabile de prietenie și colegialitate.

Precondiții

Formele principale ale instruirii sunt lecțiile practice, care constau din lecții de învățare, de perfecționare, de consolidare a materialului și lecții de evaluare și control. Însușirea tehnicilor speciale de lupte și a cunoștințelor teoretico-practice specifice se realizează preponderent prin exersarea repetată.

Metode de lucru: expunerea orală, demonstrarea, conversarea, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea. În cadrul lecțiilor sunt simulate situații de diferit gen de agresiuni ce conțin atacuri prin surprindere cu și fără arme la care studenții trebuie să facă față în cel mai serios mod. La analiza executării tehnicilor se evidențiază greșelile și se încurajază expunerea de idei în scopul soluționării acestora.

În stadiul inițial sunt aplicate metodele de învățare ca: exersarea fragmentată și globală, dar mai apoi în stadiul de perfecționare se pune accent pe problematizarea subiectului. Astfel, viitorii colaboratori ai structurilor de securitate sunt solicitați la maximum, prin creativitatea de care trebuie să dea dovadă la alegerea celor mai eficiente și potrivite soluții în funcție de momentul execuției procedurilor.

În cadrul orelor sunt aplicate și tehnologii tehnico-științifice ca: secvențe video, spețe de specialitate, filme cu caracter informativ și altele din domeniul dat, ca fiind un bun suport suplimentar.

Studiului individual se accentuează pe activitatea de informare teoretică din literatura de specialitate și pe exersarea independentă a exercițiilor și tehnicilor ce nu cer participarea partenerului.

Echipamentul folosit în cadrul procesului instructiv-educativ: kimono pentru judo, mănuși și

caschete pentru lupte, arme albe (cuțite) și arme de foc (pistoale) confecționate din cauciuc, bastoane din cauciuc sau plastic, cătușe din metal și cătușe moi din plastic.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Lección practice		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Cunoștințe generale ale disciplinei. Metode psihocomportamentale de gestionare a situațiilor conflictuale.	4					2	-	2	4
2.	Reținerea forțată a agresorului. Tehnici de imobilizare a agresorului prin acțiuni articulare, tehnici de încătușare a agresorului.	10					6	4	4	10
3.	Tehnici de contraofensivă prin aplicarea loviturilor cu membrele superioare și inferioare. Tactica luptei la diferite distanțe față de agresor.	26					18	6	8	20
4.	Imobilizarea agresorului prin aplicarea tehnicilor de aruncări și secerări din luptele sambo, judo, jiu-jitsu. Tactica de luptă de la distanță mică față de agresor.	28					20	6	8	20
5.	Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.	12					8	2	4	10
6.	Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.	10					6	2	4	6
TOTAL		90					60	20	30	70

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Cunoștințe generale ale disciplinei. Metode psihocomportamentale de gestionare a situațiilor conflictuale.

Unități de conținut:

1. Metodologia antrenamentului sportiv. Preântâmpinarea traumatismului sportiv.
2. Abilități de comunicare specifice situațiilor cu agresiuni și violență, particularități psihologice ale situațiilor cu agresiuni violente, indicații metodice și sfaturi specifice de dominare psihofizică a agresorului.
3. Cunoștințe necesare în domeniul legalității folosirii forței și procedeele corp la corp, a mijloacelor speciale și a armei de foc de către agentul de securitate.

Tema 2. Reținerea forțată a agresorului. Tehnici de imobilizare a agresorului prin acțiuni

articulare, tehnici de încătușare a agresorului.

Unități de conținut:

Tehnici de rețineri forțate din față:

1. Reținerea forțată prin înfășurarea atebrațului pe dedesupt,
2. Reținerea forțată prin răsucirea articulației mâinii spre interior/exterior,
3. Reținerea forțată prin pendularea brațului (pe sub braț),

Tehnici de rețineri forțate din spate:

1. Reținerea forțată prin înfășurarea atebrațului pe dedesupt din picioare și cu ducere la sol.
2. Reținerea forțată prin secerarea ambelor picioare.
3. Legarea; încătușarea agresorului; controlul corporal.

Tehnicile de reținere forțată sunt aplicate de către agentul de securitate împotriva agresorului violent ce prezintă un pericol prin acțiunile sale (acțiuni violente, produce dezordine, agitație, nesupunere etc.).

Aceste tehnici au scop constângerea fizică a unui individ cu supunere prin durere ca rezultat al imobilizării unei articulații. Esența tehnicii de forțare a unei articulații, constă în a produce durere la nivelul acesteia printr-o mișcare de modificare a limitelor anatomice ale încheieturii, în urma căreia agresorul este adus în situația în care nu mai poate continua atacul fiind imobilizat.

Cu ajutorul acestor tehnici agentul de securitate poate supune un agresor cu un efort minimal. Controlul se obține prin blocarea, extensia sau torsionarea articulațiilor carpalului (degete, încheietura mâinii, cot, umăr) ori ale tarsului (gleznă, genunchi) dincolo de limitele naturale de mobilitate, impunând abandonul imediat. Agentul de securitate trebuie să cunoască câteva principii de mișcare biomecanică, limitele de întindere ale ligamentelor și de deplasare a oaselor în principalele articulații, să posede un bun echilibru pozițional, coordonare în mișcări și abilități specializate de domeniu. Procedeele de reținere forțată se execută de unul sau mai mulți colaboratori ai structurilor PPS (după caz) și în funcție de numărul indivizilor agresivi.

Tema 3. Tehnici de contraofensivă prin aplicarea loviturilor cu membrele superioare și inferioare. Tactica luptei la diferite distanțe față de agresor.

Unități de conținut:

1. Poziția de luptă (garda), deplasări, punctele vulnerabile ale organismului.
2. Lovitura directă cu pumnul, eschive, blocajul și contraofensiva.
3. Lovitura semicirculară cu pumnul, eschive, blocajul și contraofensiva.
4. Lovitura de jos în sus cu pumnul, eschive, blocajul și contraofensiva.
5. Lovituri cu cotul.
6. Combinații de atac și contraofensivă, sparring cu echipament de protecție.
7. Lovitura directă cu piciorul.
8. Lovitura cu genunchiul.
9. Lovitura semicirculară cu piciorul.
10. Lovitura laterală cu piciorul.
11. Lovitura în urmă cu piciorul.

Rezultatele învățării - Înțelegerea principalelor abordări și metode în aplicarea tehnicilor de atac și contraofensive împotriva agresorului pentru autoapărare și protecția persoanelor, fapt ce va permite agentului de securitate să riposteze eficient cu lovituri în punctele vulnerabile și să imobilizeze agresorul.

În cadrul orelor sunt practicate mai multe procedee de lupte corp la corp (karate, box, kick-boxing ș.a.) pentru a le contrapune diferitor atacuri fizice violente și de a imobiliza eficient agresorul. Loviturile sunt aplicate împotriva agresorului (agresorilor), când acțiunile ilegale (atacuri reale) ale agresorului nu au putut fi înlăturate sau anihilate prin celelalte mijloace non-

violente și aceste acțiuni prezintă un pericol real pentru persoanele protejate sau pentru agenții de securitate.

Tema 4. Imobilizarea agresorului prin aplicarea tehnicilor de aruncări și secerări din luptele sambo, judo, jiu-jitsu. Tactica de luptă de la distanță mică față de agresor.

Unități de conținut:

1. Învățarea procedurii „Marea secerare exterioară”.
2. Învățarea procedurii „Aruncarea peste șold”.
3. Învățarea procedurii „Aruncarea peste umăr”.
4. Învățarea procedurii „Roata peste umeri”.
5. Învățarea procedurii „Secerarea interioară”.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în aplicarea tehnicilor de proiectare a agresorului la sol pentru autoapărarea cu succes împotriva acțiunilor agresive ale atacatorilor, fapt ce va permite agentului de securitate imobilizarea prin mai multe căi a acestora; în cadrul orelor vor fi practicate mai multe procedee din luptele sambo/judo pentru a le contrapune diferitor atacuri fizice violente.

Tehnicile de proiectare a agresorului la sol practicate de studenți la lecții fac parte din clasa tehnicilor din picioare (tehnica de proiectare, aruncare, secerare). Tehnica din picioare cuprinde toate procedeele prin care executantul urmărește aruncarea adversarului cu spatele la sol, controlându-i în permanență acțiunile, iar rezultatul proiectării agresorului la sol este imobilizarea acestuia la pământ fiind controlat prin acțiuni articulare asupra brațului ce permite ușor în continuare de a trece la încătușarea lui.

Tema 5. Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.

Unități de conținut:

Acțiunile practice ale studentului chestionat în parcurgerea unui traseu cu obstacole în sala de lupte sau pe o pistă cu obstacole contra cronometru. Obstacolele conțin atacuri fizice din partea altor studenți ce sunt repartizați pe traseu, atacuri întreprinse cu lovituri cu membrele superioare și inferioare, atacuri cu arme albe (cuțit de cauciuc), arme de foc (pistol de cauciuc), exerciții fizice speciale, escaladarea obstacolelor, cățărare pe otgon ș.a.

Obiectiv: de a înțelege principiile de bază în curmarea și anihilarea diferitor forme de agresiuni fizice prin prisma acțiunilor tehnico-tactice întreprinse pe fonul suprasolicitărilor psihofizice pe traseul pistei cu obstacole.

Familiarizarea studenților în mod practic cu situații dificiltoase și imprevizibile, va permite pe viitor inițierea mecanismelor defensive de protecție ce vor diminua efectele negative stresante și vor preîntâmpina inhibiția psihocomportamentală în situații extreme.

Totodată verificarea capacităților psihomotrice ale studenților prin metoda testului pistei cu obstacole permite o evaluare mai calitativă a nivelului de instruire și a condiției fizice spre finele anului de studiu, care la rândul lor permit de a face o caracteristică generalizată a grupei și a fiecărui student în parte.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, pe fonul stresului psihologic și a suprasolicitării fizice a organismului.

Tema 6. Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.

Unități de conținut:

Susținerea normativelor de control se efectuează în două etape:

1. Susținerea normativelor în sala de lupte la proba tracțiuni în brațe la bară fixă, la proba flotări și la proba ridicarea trunchiului din culcat dorsal;
2. Susținerea normativelor la alergări pe terenul de atletism la probele: Sprint 100 m, Alergare de suveică 10x10m și proba Cros 1000m.

Obiectiv: Verificarea capacităților psihomotrice\baremului ale studenților permite o evaluare mai calitativă a nivelului de instruire și a condiției fizice spre finele anului de studiu, care la rândul lor permit de a face o caracteristică generalizată a grupei și a fiecărui student în parte.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, acțiuni care aduc inevitabil stresul psihologic și o suprasolicitare fizică a organismului.

Evaluarea competențelor psihomotrice prin intermediul normativelor de control, constituie o procedură pedagogică foarte complexă, care urmărește determinarea și aprecierea cu notă diferențiată a performanțelor profesionale obținute de un student într-o perioadă concretă de timp. Notele obținute la probele motrice incluse în normativele de control se sumează și se împart la numărul de probe formînd nota media generală pe subiect.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. **Evaluarea inițială** se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin verificarea tehnicilor învățate și a baremelor fizice pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. **Evaluarea curentă** formativă se efectuează prin verificări curente sistematice pe parcursul programului de instruire, pe secvențe mai mici (pot fi compartimente), având drept scop cunoașterea gradului de instruire de către studenți a materiei predate pe parcursul semestrului și se finalizează cu note. Notele sunt acordate pentru nivelul de execuție tehnico-tactică a procedurilor de neutralizare a agresiunilor și de imobilizare a agresorului în condiții de exersare globală a elementelor. Prin evaluarea curentă se monitorizează procesul de formare a competențelor profesionale a viitorilor specialiști PPS. Se constată rezultatele activității de formare profesională atât prin activitățile din sala de lupte, cât și prin lucrul individual. Notele se înregistrează în registrul grupei academice și în registrul personal. Criteriile de evaluare:

Performanța motrică prin rezultatul normativului (baremului) de control. Normativele de control prezintă calitățile motrice speciale strict necesare viitorului specialist PPS.

Cantitatea și calitatea tehnicilor speciale de lupte însușite în raport cu prevederile programei de specialitate.

Capacitatea studentului de a aplica în practică tehnicile de lupte în situații ne standarde.

Nivelul cunoștințelor teoretice prevăzute pentru orele individuale.

Totodată, demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. **Evaluarea finală** sumativă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării oral și practic. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen. Rezultatele evaluării finale se exprimă în note conform scalei de notare, iar nota minimă de promovare este nota 5.

Nota finală la disciplină însumează rezultatul evaluării curente (nota medie pe semestru) și nota obținută la examen. Admiterea la examen prevede prezența la ore de 70-80%, acumularea minimum a 50% a notelor la teste practice (evaluarea curentă) și obținerea notei pe simestru. Studentul care la evaluarea curentă (nota pe semestru) are nota mai mică de „5” nu este admis la

evaluarea finală (examen).

Bibliografie

1. Legea Republicii Moldova cu privire la activitatea particulară de detectiv și de pază nr. 238 din 04.07.2003 publicată în Monitorul Oficial al Republicii Moldova Nr. 200-203 art Nr. 769 din 19.09.2003. p. 15-16.
2. Legea Republicii Moldova cu privire la modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc Nr. 218 din 19.10.2012 publicată în Monitorul Oficial Nr. 254-262 art. Nr. 836 din 14.12.2012. p. 7-10.
3. Andreescu A. Tehnici de autoapărare pentru lucrătorii din sistemul național de autoapărare, Editura Lumina Lex, București. 2003.
4. Radu, N., Pregătirea psihofizică a luptătorilor antiteroriști, Referat, București 2000.
5. Albu, C., Arma psihologică - între limite și performanțe, Editura M.I.și R.A., București, 2008.
6. Bompa, T.O., Teoria și metodologia antrenamentului – periodizarea, Editura Ex Ponto, București, 2002.
7. Dragnea, A., Bota Aura, Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1999.
8. Macoveanu D. Arte marțiale – metodică de antrenament, Editura Lumina Lex, București. 2001.
9. Epuran, Mihai, Modelarea conduitei sportive, Editura Sport-Turism, București, 1995.
10. Roman, Gheorghe, Batali Cristian, Antrenamentul sportiv - teorie și metodică, Editura Napoca Star, Cluj, 2007.
11. Epuran, Mihai, Psihologia sportului de performanță. Teorie și practică, Editura Fest, București, 2001.
12. Polevaia-Secăreanu A., Scobioală Gh., Cotorcea A. Pregătirea profesional-aplicativă a specialiștilor în domeniul pazei protecției și securității prin intermediul sporturilor de lupte: Ghid metodic: pentru studenții facultății „Pază Protecție și Securitate” Chișinău, (Tipogr „Valinex SRL”) 2014. 55 p.
13. Vespan, V. Pregătirea psihologică și rolul ei în formarea și perfecționarea polițistului pentru contracararea agresiunilor fizice, Teza de doctorat, București, 2002.
14. Григорьев, И. Боевая подготовка профессиональных телохранителей: учеб. пособие. Ростов н/Д.: Феникс, 2004. с. 237-255.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Criminalistica
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	PPS
Titular de curs	M.Gheorghită
Cadre didactice responsabile	
e-mail:	georgitsamihail@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S.07.0.059	6	II	IV	150	60	20	90	120

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina Criminalistica reprezintă o știință judiciară care studiază legițile de formare a urmelor infracționale și elaborează metode și mijloace destinate administrării probelor în justiția penală, prin aceasta contribuind la descoperirea și prevenirea infracțiunilor. La elaborarea metodelor, mijloacelor și procedeele noi de combatere a criminalității este valorificată experiența acumulată de-a lungul anilor în prevenirea, descoperirea și cercetarea infracțiunilor prin mijloace, metode și procedee de activitate performante, puse la dispoziție de știința și tehnica modernă.

Studierea acestei discipline este de către studenții facultăților de drept asigurată crearea unor aptitudini privind aplicarea metodelor și mijloacelor tehnico-științifice criminalistice și necesare specialiștilor abilitați cu descoperirea faptelor infracționale și înfăptuirea justiției penale. De asemenea deprinderile create în urma studierii disciplinei în cauză contribuie la formarea complexă și multilaterală a juristului ca profesie.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Însusirea materialului cursului va da posibilitate studenților :

- Să determine obiectul de studiu și metodologia criminalistică;
- Să cunoască legițile creării și investigării urmelor, probelor infracțiunii;

- Să cunoască tehnologia și tehnicile de administrare a probelor materiale și testimoniale ale infracțiunii;
- Să cunoască impactul cuceririlor altor ramuri și domenii științifice asupra consolidării și dezvoltării în perspectivă a criminalisticii;
- Să folosească cu cunoștință de cauză mijloacele tehnice și metodele de aplicare a acestora în activitatea operativă de prevenire și curmare a infracțiunilor;
- Să aprecieze importanța criminalisticii la combaterea fenomenului infracțional;
- Să argumenteze locul pe care îl ocupă criminalistica în sistemul științelor juridice actuale;

Precondiții

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Introducere în criminalistică	13	1	1	1				4	6
2.	Metodologia criminalistică	20	2		2				6	10
3.	Diagnosticarea și identificarea criminalistică	27	2	1	2				10	12
4.	Tehnica criminalistică	25	1	2	1		2	1	8	10
5.	Traseologia criminalistică	33	2		2		2	1	12	14
6.	Armologia criminalistică	17	1		1		2	1	4	8
7.	Evidențele și gabitoscopia criminalistică	19	1		1		2	1	6	8
8.	Documentologia criminalistică	21	2		2		2	1	6	8
9.	Tactica cercetării la fața locului	24	2	1	2		2	1	8	8
10.	Tactica percheziției	21	1		1		2	1	8	8
11.	Audierea persoanelor în procesul penal	31	2	1	2		2	2	10	12
12.	Tactica utilizării cunoștințelor speciale	15	1		1		2	1	4	6
13.	Metodica criminalistică (principii generale, organizarea)	28	2	1	2		2	3	8	10
TOTAL			20	7	20		20	13	90	120

Conținutul unităților de curs

OBIECTIVELE DE REFERINȚĂ	CONȚINUTURI
<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea și esența obiectului de studiu al criminalistici; - să caracterizeze succint evoluția și sistemul criminalistici; - să clarifice sarcinile criminalistici și principiile criminalistici; - să argumenteze metodele criminalistici; - să stabilească legătura criminalistici cu alte științe: juridice, judiciare și naturale. 	<p><u>Introducere în criminalistică</u> Noțiunea și obiectul de studiu al criminalisticii. Sistemul cursului criminalisticii. Rolul criminalisticii în combaterea infracțiunilor. Din istoria apariției criminalisticii. Legătura criminalisticii cu alte științe.</p> <p>Bazele științifice ale metodelor criminalistice. Metoda observației; Metoda măsurării; Metodele particular-științifice și admisibilitatea lor în activitatea de urmărire penală. Metodele speciale criminalistice: perspectiva desăvârșirii lor în lumina realizărilor științei și tehnicii moderne.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să estimeze locul criminalistici în sistemul științelor naturale și juridice; - să definească metodele criminalistice; - să determine clasificarea metodelor criminalistice; - să deducă necesitatea aplicării în teoria și practica criminalistică a metodelor particular-științifice; - să analizeze formele de aplicare în activitatea de urmărire penală a metodei de modelare; 	<p><u>Metodologia criminalistică</u> Bazele științifice ale metodologiei criminalistice. Metoda observației; Metoda măsurării; Metodele particular-științifice și admisibilitatea lor în activitatea de urmărire penală. Metodele speciale criminalistice: perspectiva desăvârșirii lor în lumina realizărilor științei și tehnicii moderne.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să descrie noțiunea și obiectivele identificării criminalistice; - să clasifice obiectele identificării criminalistice; - să argumenteze genurile identificării criminalistice; - să formuleze principiile identificării criminalistice; - să distingă etapele identificării criminalistice; 	<p><u>Diagnosticarea și Identificarea criminalistică</u> Noțiunea și premisele științifice ale identificării criminalistice; Specificul identificării criminalistice și rolul acesteia în procesul de probațiune judiciară. Obiectele identificării criminalistice: noțiunea, clasificarea.</p> <p>Genurile identificării criminalistice. Identificarea criminalistică după reflectările material-fixate. Stabilirea (identificarea) întregului după părțile sale componente. Principiile metodice ale identificării criminalistice după reflectările material-fixate. Etapele procesului de examinare criminalistică a materialelor prezentate spre expertizare. Aprecierea rezultatelor examinării comparative; formularea concluziilor expertului criminalist.</p>

<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea, sarcinile și clasificarea tehnicii criminalistice; - să determine ramurile tehnicii criminalistice; - să clarifice rolul fotografiei și videoînregistrării criminalistice în cîmbaterea fenomenului infracțional; - să determine metodele și genurile de fotografiere criminalistică; - să evalueze regulile și cerințele efectuării videoînregistrării la cercetarea infracțiunilor. 	<p style="text-align: center;"><u>Tehnica criminalistică</u></p> <p>Aspecte generale ale tehnicii criminalistice. Clasificarea tehnicii după proveniență și destinație</p> <p>Structura și conținutul tehnicii criminalistice Ramurile tehnicii criminalistice</p> <p>Noțiunea și rolul fotografiei criminalistice în procesul cercetării infracțiunilor. Metodele și genurile de fotografiere</p> <p>Videoînregistrarea: priorități, reguli și cerințe</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea de traseologie; - să descrie clasificarea urmelor materiale ale infracțiunii; - să reproducă regulile generale privind descoperirea, fixarea și ridicarea urmelor infracțiunii; - să interpreteze proprietățile și tipurile desenelor papilare; - să clarifice particularitățile altor categorii de urme descoperite cu ocazia cercetării infracțiunilor; - să recunoască și să posede aptitudini de descoperire, fixare și ridicare a microurmelor infracțiunii. 	<p style="text-align: center;"><u>Traseologia criminalistică</u></p> <p>Noțiunea și sarcinile traseologiei criminalistice. Clasificarea urmelor materiale ale infracțiunii..</p> <p>Urmele de mâini: noțiunea și clasificarea lor. Crestele și desenele papilare. Proprietățile și clasificarea desenelor papilare. Descoperirea, fixarea și ridicarea urmelor de mâini. Relevarea urmelor invizibile de mâini.</p> <p>Urmele de picioare: noțiunea, clasificarea, importanța criminalistică. Cărarea urmelor și elementele ei caracteristice.</p> <p>Urmele create de alte părți ale corpului uman (de dinți, de buze, de unghii). Urmele create de obiecte vestimentare: noțiunea, clasificarea, importanța lor criminalistică. Urmele de materie biologică umană, descoperirea, fixarea și ridicarea lor.</p> <p>Clasificarea urmelor instrumentelor de spargere; Urmele sub formă de resturi de materie formate cu ocazia aplicării instrumentelor de spargere. Cercetarea criminalistică a urmelor materie.</p> <p>Urmele mijloacelor de transport. Microurmele infracțiunii: noțiunea și clasificarea acestora.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să reproducă noțiunea de balistică judiciară; - să definească noțiunea armei de foc și criteriile de clasificare a acestora; - să cunoască și să aplice regulile privind descoperirea, fixarea și ridicarea armelor de foc, a munițiilor și a urmelor împușcături; - să realizeze acțiuni în vederea stabilirii direcției, distanței și a locului de unde s-a tras din arma de foc; - să distingă urmele create prin aplicarea explozivelor la săvârșirea infracțiunilor; 	<p style="text-align: center;"><u>Armologia criminalistică</u></p> <p>Noțiunea, obiectul și sarcinile balisticii judiciare. Armele de foc, noțiunea, criteriile de clasificare. Muniția ca obiect de studiu criminalistic. Clasificarea munițiilor. Urmele împușcături: noțiunea, clasificarea, importanța criminalistică.</p> <p>Descoperirea, fixarea și ridicarea de la fața locului a armelor de foc, a munițiilor și a urmelor împușcături.</p> <p>Determinarea direcției, distanței și a locului de unde s-a tras din arma de foc.</p> <p>Urmele create prin aplicarea explozivelor la</p>

	săvârșirea infracțiunilor de omor. Interpretarea la fața locului a urmelor explozivelor.
<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea și sarcinile gabitoscopiei criminalistice; - să enumere premisele științifice ale gabitoscopiei; - să interpreteze noțiunea de semnalmente; - să determine noțiunea și regulile întocmirii „portretului vorbit”; - să evalueze caracteristicile generale și particulare ale semnalmentelor exterioare a persoanei; - să prezinte noțiunea de evidențe criminalistice; - să distingă tipurile evidențelor criminalistice; - să enumere posibilitățile utilizării datelor evidențelor criminalistice 	<p><u>Evidențele și gabitoscopia criminalistică</u></p> <p>Considerații preliminare. Noțiunea și sarcinile gabitoscopiei criminalistice. Noțiunea de „portret vorbit” și regulile de descriere a persoanelor după semnalmente exterioare. Semnalmentele anatomice ale persoanei. Semnalmentele funcționale ale persoanei. Descrierea vestimentației și obiectelor portabile. Posibilitățile expertizei fotoportretice.</p> <p>Noțiunea de evidențe. Clasificarea evidențelor. Sarcinile și posibilitățile evidențelor criminalistice. Sistemul de evidențe criminalistice din RM.</p> <p>Tipurile de evidențe și utilizarea acestora în procesul de cercetare a infracțiunilor. Modul de apelare la evidențele criminalistice</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea și importanța documentelor în activitate de cercetare a infracțiunilor; - să aplice cu iscusință regulile generale privind manipularea și conservarea documentelor; - să determine caracteristicile falsului material în documente; - să determine caracteristicile falsului intelectual în documente; - să argumenteze caracteristicile contrafacerii impresiunilor de ștampile; - să propună mijloace și metode eficiente de descoperire a documentelor contrafăcute prin substituirea fotografiilor; 	<p><u>Cercetarea criminalistică a documentelor</u></p> <p>Noțiunea și importanța documentelor - mijloace de probă. Cercetarea prealabilă a documentelor - probe materiale. Regulile generale privind manipularea și conservarea documentelor - probe materiale.</p> <p>Caracteristicile falsului prin înlăturare, adăugire sau refacere de text. Contrafacerea semnăturilor. Examinarea criminalistică a actelor suspecte de fals prin contrafacerea rechizitelor. Contrafacerea semnăturilor. Caracteristicile contrafacerii impresiunilor de ștampile. Contrafacerea documentelor prin substituirea fotografiilor.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea, importanța și sarcinile cercetării la fața locului; - să caracterizeze principiile general-tactice privind cercetarea la fața locului; - să argumenteze conținutul etapei de pregătire cu ocazi cercetării locului faptei; - să determine conținutul etapei propriu-zise a cercetării la fața locului; - să utilizeze iscusit mijloace și procedee de fixare corectă a rezultatelor cercetării la 	<p><u>Tactica cercetării la fața locului</u></p> <p>Noțiunea, importanța și sarcinile cercetării la fața locului. Principiile general-tactice privind cercetarea la fața locului. Pregătirea în vederea cercetării la fața locului. Completarea echipei de cercetare a locului faptei. Rolul specialistului la cercetarea locului faptei.</p> <p>Efectuarea cercetării propriu-zise la fața locului. Fazele și metodele de examinare a ambianței</p>

<p>fața locului;</p> <ul style="list-style-type: none"> - să întocmească scheme, schițe a locului săvârșirii faptei; 	<p>locului faptei. Procedeele tactice cu a căror aplicare se desfășoară cercetarea la fața locului. Selectarea și aplicarea acestora în funcție de condițiile locului faptei</p> <p>Fixarea rezultatelor cercetării la fața locului. Procesul-verbal de cercetare la fața locului: structura și conținutul acestuia. Aplicarea mijloacelor tehnice criminalistice la cercetarea locului faptei și fixării rezultatelor obținute. Fotografia și înregistrarea videomagnetice – mijloace eficiente de fixare. Tehnica aplicării acestora în cadrul cercetării la fața locului. Schițarea împrejurărilor și a ambianței locului faptei. Variantele tehnice de întocmire a schiței locului faptei.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să relateze conceptul criminalistic al noțiunii de percheziție; - să caracterizeze criteriile de clasificare a percheziției; - să argumenteze caracterul de constrângere al percheziției; - să definească regulile ce urmează a fi respectate cu ocazia efectuării percheziției; - să determine particularitățile efectuării percheziției persoanelor; - să stabilească recomandările tactice necesare a fi folosite la efectuarea percheziției și la ridicarea de obiecte și documente; - să aprecieze importanța mijloacelor tehnice la efectuarea percheziției și la ridicarea de obiecte și documente; - să propună metode și mijloace eficiente privind fixarea rezultatelor percheziției și ridicării de obiecte și documente; 	<p><u>Tactica percheziției</u></p> <p>Conceptul criminalistic al noțiunii de percheziție. Sarcinile generale ale percheziției. Felurile percheziției. Efectuarea percheziției în grup. Pregătirea în vederea efectuării percheziției. Asigurarea tehnico-științifică a activității celor investiți cu efectuarea percheziției. Reguli general-tactice privind efectuarea percheziției. Aspectul psihologic al percheziției.</p> <p>Percheziția în încăperi. Noțiunea de încăpere ca obiect de percheziționat. Tactica deplasării și pătrunderii în încăperea în care urmează să fie efectuată percheziția. Tactica percheziției în încăpere. Metodele și tehnica aplicată la căutarea obiectelor ascunse. Regulile deontologice și etico-juridice cu a căror strictă respectare trebuie să se desfășoare percheziția în încăperi.</p> <p>Percheziția în locuri deschise. Noțiunea de loc deschis ca obiect de percheziționat. Metodele de căutare în locuri deschise a obiectelor ascunse. Mijloacele tehnice aplicate la efectuarea genului dat de percheziție.</p> <p>Percheziția persoanei. Categoriile de persoane care pot fi supuse percheziției corporale. Fazele în care se desfășoară percheziția corporală. Participanții la percheziția corporală. Fixarea rezultatelor percheziției.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea, importanța și sarcinile audierii martorului, părții vătămate, bănuitului și învinutului; - să caracterizeze principiile general-tactice privind audierea martorului, părții 	<p><u>Audierea persoanelor în procesul penal</u></p> <p>Noțiunea și importanța declarațiilor martorului în procesul penal. Procesul psihologic de formare a declarațiilor martorilor. Organizarea activității de audiere a martorilor. Determinarea timpului și a locului ascultării martorilor. Persoanele care pot</p>

<ul style="list-style-type: none"> - vătămate, bănuitului și învinuitului; - să descrie procesul psihologic de formare a declarațiilor martorilor; - să argumenteze conținutul etapei de pregătire cu ocazia audierii martorului, părții vătămate, bănuitului și învinuitului; - să determine conținutul etapei propriu-zise a audierii martorului, părții vătămate, bănuitului și învinuitului; - să utilizeze iscusit mijloace și procedee de fixare corectă a rezultatelor audierii martorului, părții vătămate, bănuitului și învinuitului; - să demonstreze aptitudini bine formate în situația audierii minorilor și persoanelor cu dezabilități; - să întocmească corect procesul-verbal de audiere a martorului, părții vătămate, bănuitului și învinuitului și altor persoane; 	<p>participa la ascultarea martorilor. Pregătirea în vederea ascultării unei persoane concrete în calitate de martor.</p> <p>Procedeele tactice ce constituie tactica ascultării propriu-zise a martorilor. Contactul psihologic – condiție indispensabilă bunei desfășurări a ascultării martorilor. Procedeele tactice cu a căror aplicare se asigură contactul psihologic. Relatarea liberă: noțiunea și semnificația ei tactică. Alte procedee tactice de ascultare a martorilor. Tactica depășirii mărturiilor mincinoase.</p> <p>Procedeele tactice privind ascultarea martorilor minori, a persoanelor în etate și a celor handicapate. Persoanele participante la ascultarea acestei categorii de martori. Particularități tactice privind ascultarea părții vătămate.</p> <p>Importanța ascultării bănuitului și a învinuitului. Unele aspecte referitoare la psihologia bănuitului și a învinuitului. Pregătirea în vederea ascultării bănuitului și a învinuitului. Tactica ascultării propriu-zise a bănuitului și a învinuitului. Procedeele tactice aplicate în cadrul ascultării bănuitului și a învinuitului. Tactica prezentării probelor în cadrul ascultării bănuitului și învinuitului.</p>
<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea de cunoștințe speciale; - să analizeze formele cunoștințelor speciale, utilizate în procesul penal; - să identifice rolul specialistului și cazurile participării lui la efectuarea acțiunilor de urmărire penală; - să determine situațiile când expertiza este obligatorie la cercetarea infracțiunilor; - să interpreteze temeiurile dispunerii expertizelor judiciare; - să distingă constatarea tehnico-științifică și medico-legală ca probă în cauza penală; - să stabilească situațiile când este necesară dispunerea expertizei judiciare; - să evalueze raportul de expertiză (constatare tehnico-științifică sau medico-legală) și să determine deciziile care urmează a fi luate; 	<p><u>Tactica utilizării cunoștințelor speciale</u></p> <p>Noțiunea de cunoștințe speciale. Formele cunoștințelor speciale. Instituțiile și persoanele care pot utiliza cunoștințele speciale în forme de probe; Reglementarea aplicării cunoștințelor speciale în procesul cercetării infracțiunilor;</p> <p>Tactica luării de mostre pentru examinarea comparativă; Identificarea persoanelor sau instituțiilor care pot efectua expertizele necesare pe cauza cercetată. Prezentarea materialelor spre expertizare. Efectuarea expertizelor peste hotarele țării. Evaluarea raportului de expertiză sau constatării tehnico-științifice</p> <p>Utilizarea pe scară largă a cunoștințelor speciale ale persoanelor competente – cerință de principiu metodic privind cercetarea infracțiunilor.</p>

<ul style="list-style-type: none"> - să definească noțiunea și importanța metodicii criminalistice; - să cunoască elementele caracteristicii criminalistice a infracțiunilor; - să descrie noțiunea de planificare a activității de urmărire penală; - să reproducă noțiunea, clasificarea și importanța versiunilor criminalistice; - să distingă principiile planificării activității de urmărire penală; - să formuleze principalele forme și direcții de conlucrare a colaboratorilor organelor de urmărire penală; 	<p><u>Metodica criminalistică</u></p> <p>Noțiunea, obiectul și sistemul metodicii criminalistice. Principiile metodicii criminalistice. Caracteristica criminalistică a infracțiunilor și rolul acesteia la elaborarea indicațiilor metodice privind cercetarea diferitor categorii de infracțiuni.</p> <p>Planificarea și desfășurarea activității de urmărire penală în mod organizat – principiu general metodic, privind cercetarea penală.</p> <p>Principiile planificării activității de urmărire penală. Versiunile de urmărire penală: noțiunea, clasificarea. Elaborarea și verificarea versiunilor de urmărire penală.</p> <p>Corelarea activității de urmărire penală cu cea a serviciilor operative ca factor important metodic privind cercetarea infracțiunilor.</p> <p>Utilizarea pe scară largă a cunoștințelor speciale ale persoanelor competente – cerință de principiu metodic privind cercetarea infracțiunilor.</p>
---	--

Bibliografie

1. M.Gheorghită. Tratat de criminalistică. Chișinău, 2017
2. M. Gheorghită Criminalistica, Chișinău, 1995
3. S. Doraș. Criminalistica. Chișinău, 2011
4. A.Ciopraga, Criminalistica: tratat de tactică, Iași, 1996.
5. C.Suciu, Criminalistica, București, 1972.
6. A.Ciopraga, Evaluarea probei testimoniale în procesul penal, Iași, 1979.
7. D.Sandu, Falsul în acte, București, 1994.
8. E. Stancu, Tratat de Criminalistică, București, 2001.
9. C.Dumitrescu, E. Gacea, Elemente de antropologie judiciară, București, 1993.
10. Colectiv de autori, Tratat practic de criminalistică, vol.I, București, 1976.
11. Colectiv de autori, Криминалистика, М., 1999.
12. Gh. Golubenco, Urmele infracțiunii, Chișinău, 1999.
13. Gh. Pănescu, I. Constantin, Secretele amprentelor papilare, București, 1996.
14. I. Mircea, Criminalistica, Iași, 1994.
15. I. Mircea, Valoarea criminalistică a unor urme de la locul faptei, Arad, 1996.
16. L. Ionescu, D.Sandu, Identificarea criminalistică, București, 1990.
17. V.Măcelaru, Balistica judiciară, București, 1972.
18. M.Gheorghită. Tratat de metodică criminalistică. Chișinău, 2015
19. А.В.Дулов, П.Нестеренко, Тактика следственных действий, Минск, 1973.
20. А.Н.Васильев, Л.М.Корнеева, Тактика допроса, М., 1970.

21. А.Н.Васильев, Н.П.Яблоков, Предмет, система и теоретические основы криминалистики, М., 1994.
22. А.Р. Ратинов, Ю.П.Адамов, Лжесвидетельство, М., 1976.
23. В.И. Уваров, Проверка показаний на месте, М., 1981.
24. Г. Г. Грановский, Основы трасеологии, М, 1974.
25. Г.Доспулов, Ш.Мажитов, Психология показаний свидетелей и потерпевших, Alma-Ata, 1975.
26. Н.Н.Гапанович, Ознание в судопроизводстве, Minsk, 1975.
27. Е.Н.Центров, Криминалистическое учение о потерпевшем, М.1988.
28. И.Ф.Крылов, Криминалистическое учение о следах, Leningrad, 1976.
29. Р.С. Белкин, Эксперимент в следственной, судебной и экспертной практике, М., 1964.
30. С.Г. Дораш, Криминалистическое исследование документов, Chişinău, 1979.
31. Н.И. Порубов, Научные основы допроса на предварительном следствии, Минск, 1978.
32. Н.П.Яблоков. Криминалистика.Москва:Юрайт, 2016
33. И.В.Александров. Криминалистика: тактика и методика.-Москва:Юрайт, 2016



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Lupta corp la corp
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Probe Sportive Individuale
Titular de curs	Scobioală Ghenadie
Cadre didactice responsabile	Scobioală Gh., Neagu Igor
e-mail:	catedra PSI usefs.md@mail.ru

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 03O. 0 22	3	II	III	90	60	20	30	70

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina Lupta corp la corp are scopul de a familiariza studenții Facultății Protecție, Pază și Securitate cu metode, tehnici și strategii eficiente de gestionare a situațiilor critice ce conțin agresiuni fizice și atacuri asupra agenților de securitate și a persoanelor protejate de ei, situații ce sunt nemijlocit întâlnite în specificul profesiei.

Conform specificului de specialitate agenții de securitate sunt vizați să intervină în situații de stres provocate de violențe fizice unde adesea este inevitabilă aplicarea forței fizice, a procedurilor de lupta corp la corp și chiar a armei din dotare. Deaceia, succesul activității specialiștilor în domeniul Securității Civile și Publice este direct condiționat de dezvoltarea capacităților psihomotrice care reflectă abilitățile specifice de intervenție în situații periculoase, de nivelul dezvoltării motricității speciale de profil și a calităților psihologice formate prin intermediul disciplinei.

Conținutul disciplinei constituie o varietate de metode și mijloace specifice luptelor corp la corp, acțiunilor tehnico-tactice de protecție a persoanelor unde studenții exersează în special mai mult exercițiile ce conțin ca mijloc greutatea corpului propriu sau al colegului.

Pe lângă partea practică, o importanță majoră în conținutul cursului este acordată și domeniului legalității folosirii forței fizice de către agentul de securitate, astfel să fie în măsură să folosească strict nivelul de forță necesar pentru a pune capăt amenințărilor și folosirea forței să rămână în

limitele prevederilor legale. Este vorba de o abordare concretă și coerentă a intervenției fizice care vizează exercitarea misiunilor de serviciu în corelație cu trei principii de bază: de legalitate, de protecție și de eficiență.

Obiectivele disciplinei:

- Achiziționarea cunoștințelor fundamentale privind principalele concepte ale disciplinei.
- Dezvoltarea capacităților psihomotrice și a deprinderilor specifice de intervenție în situații de contracarare a agresiunilor fizice, educarea calităților psihologice și volitive.
- Cunoștințe în sfera legalității aplicării forței fizice, a procedurilor de lupte aplicative, a mijloacelor speciale și a armei de foc în specificul profesiei.
- Formarea bazelor instruirii didactice a exercițiilor fizice speciale și a procedurilor de lupte sportiv-aplicative.
- Educarea gândirii strategice și analitice profesionale în domeniul anticipării situațiilor dificile.
- Achiziționarea cunoștințelor în autoevaluarea și autocontrolul fizico-tactic, psiho-emoțional în baza cunoștințelor și priceperilor formate.
- Aprofundarea cunoștințelor practico-metodice de specialitate pentru a le aplica în propria auto perfecționare.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe profesionale:

- Capacitatea aplicării deprinderilor și priceperilor de acțiune promptă, corectă și în timp util în situații de atacuri și agresiuni fizice asupra colaboratorilor PPS și în situații de protecție a persoanelor protejate.
- Dezvoltarea și perfecționarea contunuuă a calităților motrice de bază, a tehnicilor de intervenție fizică profesională.
- Aplicarea gândirii strategice și analitice în anticiparea situațiilor periculoase.
- Utilizarea legislației în vigoare privitor la aplicarea forței fizice, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare.
- Adaptarea stărilor psihologice și a manifestărilor psihocomportamentale în funcție de situația dificilă cu pericol iminent.

Competențe transversale:

- De a stăpîni un ansamblu de cunoștințe fundamentale în domeniul pregătirii profesional-aplicative, precum: metodologia antrenamentului sportiv, căi de eficientizare a aplicării tehnicilor de lupte adaptate profilului de specialitate, menținerea condiției fizice profesionale.
- De a cunoaște metode de autoevaluare și autocontrol psihomotric, de restabilire după suprasolicitări psihofizice.
- De a deține calități atitudinale: de personalitate, ale comportamentului civic, a sentimentelor morale fundamentale (față de societate, de colectiv, de profesie și muncă).

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să definească conceptele cheie, noțiunile disciplinei de studiu, principiile de bază ale aplicării tehnicilor de lupte, metodele de bază ale antrenamentului sportiv și ale pregătirii profesional-aplicative;
- să perceapă la nivelul cognitiv și motric acțiunile de contracarare a agresiunilor fizice, de imobilizare a agresorului și importanța lor în formarea profesională a viitorului specialist PPS;
- să perceapă necesitatea aplicării legale și proporționale a tehnicilor de atac și contraofensive în

raport cu nivelul agresiunii,

- să identifice modalitățile de anticipare a psihocomportamentului agresiv al agresorului;
- să perceapă eficacitatea metodelor de autocontrol fizic și psihoemoțional.

II. La nivel de aplicare

- să execute eficient acțiuni de contraofensivă și imobilizare a agresorului prin tehnici de luptă corp la corp în cazul autoapărării sau în cazul protecției persoanelor;
- să execute acțiuni tehnico-tactice de neutralizare a atacurilor prin aplicarea legală a obiectelor auxiliare, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare;
- să analizeze anticipat posibilele atacuri în dependență de poziția persoanelor din apropiere, a reliefului și a edificiului și să aplice corect tactica de acțiuni în neutralizarea și imobilizarea unuia sau mai multor agresori;
- să formeze calități psihomoarle: corectitudine, inițiativă, responsabilitate, insistență, colectivism și ajutor reciproc;

III. La nivel de integrare

- să explice și să implimenteze eficient strategiile de gestionare psihofizică a situațiilor ce conțin agresiuni fizice întâlnite în specificul profesiei;
- să dispună abilități de comunicare persuasivă și să acționeze eficient referitor la soluționarea problemelor condiționate de situații violente;
- să contribuie activ prin cunoștințele acumulate la formarea și perfecționarea măiestriei profesionale-aplicative a colectivului de muncă;
- să formeze relații interpersoanle favorabile de prietenie și colegialitate.

Precondiții

Formele principale ale instruirii sunt lecțiile practice, care constau din lecții de învățare, de perfecționare, de consolidare a materialului și lecții de evaluare și control. Însușirea tehnicilor speciale de lupte și a cunoștințelor teoretico-practice specifice se realizează preponderent prin exersarea repetată.

Metode de lucru: expunerea orală, demonstrarea, conversarea, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea. În cadrul lecțiilor sunt simulate situații de diferit gen de agresiuni ce conțin atacuri prin surprindere cu și fără arme la care studenții trebuie să facă față în cel mai serios mod. La analiza executării tehnicilor se evidențiază greșelile și se încurajază expunerea de idei în scopul soluționării acestora.

În stadiul inițial sunt aplicate metodele de învățare ca: exersarea fragmentată și globală, dar mai apoi în stadiul de perfecționare se pune accent pe problematizarea subiectului. Astfel, viitorii colaboratori ai structurilor de securitate sunt solicitați la maximum, prin creativitatea de care trebuie să dea dovadă la alegerea celor mai eficiente și potrivite soluții în funcție de momentul execuției procedurilor.

În cadrul orelor sunt aplicate și tehnologii tehnico-științifice ca: secvențe video, spețe de specialitate, filme cu caracter informativ și altele din domeniul dat, ca fiind un bun suport suplimentar.

Studiului individual se accentuează pe activitatea de informare teoretică din literatura de specialitate și pe exersarea independentă a exercițiilor și tehnicilor ce nu cer participarea partenerului.

Echipamentul folosit în cadrul procesului instructiv-educativ: kimono pentru judo, mănuși și

caschete pentru lupte, arme albe (cuțite) și arme de foc (pistoale) confecționate din cauciuc, bastoane din cauciuc sau plastic, cătușe din metal și cătușe moi din plastic.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Lección practice		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Cunoștințe generale ale disciplinei. Metode psihocomportamentale de gestionare a situațiilor conflictuale.	4					2	-	2	4
2.	Reținerea forțată a agresorului. Tehnici de imobilizare a agresorului prin acțiuni articulare, tehnici de încătușare a agresorului.	10					6	4	4	10
3.	Tehnici de contraofensivă prin aplicarea loviturilor cu membrele superioare și inferioare. Tactica luptei la diferite distanțe față de agresor.	26					18	6	8	20
4.	Imobilizarea agresorului prin aplicarea tehnicilor de aruncări și secerări din luptele sambo, judo, jiu-jitsu. Tactica de luptă de la distanță mică față de agresor.	28					20	6	8	20
5.	Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.	12					8	2	4	10
6.	Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.	10					6	2	4	6
TOTAL		90					60	20	30	70

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Cunoștințe generale ale disciplinei. Metode psihocomportamentale de gestionare a situațiilor conflictuale.

Unități de conținut:

1. Metodologia antrenamentului sportiv. Preântâmpinarea traumatismului sportiv.
2. Abilități de comunicare specifice situațiilor cu agresiuni și violență, particularități psihologice ale situațiilor cu agresiuni violente, indicații metodice și sfaturi specifice de dominare psihofizică a agresorului.
3. Cunoștințe necesare în domeniul legalității folosirii forței și procedeele corp la corp, a mijloacelor speciale și a armei de foc de către agentul de securitate.

Tema 2. Reținerea forțată a agresorului. Tehnici de imobilizare a agresorului prin acțiuni

articulare, tehnici de încătușare a agresorului.

Unități de conținut:

Tehnici de rețineri forțate din față:

1. Reținerea forțată prin înfășurarea atebrațului pe dedesupt,
2. Reținerea forțată prin răsucirea articulației mâinii spre interior/exterior,
3. Reținerea forțată prin pendularea brațului (pe sub braț),

Tehnici de rețineri forțate din spate:

4. Reținerea forțată prin înfășurarea atebrațului pe dedesupt din picioare și cu ducere la sol.
5. Reținerea forțată prin secerarea ambelor picioare.
6. Legarea; încătușarea agresorului; controlul corporal.

Tehnicile de reținere forțată sunt aplicate de către agentul de securitate împotriva agresorului violent ce prezintă un pericol prin acțiunile sale (acțiuni violente, produce dezordine, agitație, nesupunere etc.).

Aceste tehnici au scop constîngerea fizică a unui individ cu supunere prin durere ca rezultat al imobilizării unei articulații. Esența tehnicii de forțare a unei articulații, constă în a produce durere la nivelul acesteia printr-o mișcare de modificare a limitelor anatomice ale încheieturii, în urma căreia agresorul este adus în situația în care nu mai poate continua atacul fiind imobilizat.

Cu ajutorul acestor tehnici agentul de securitate poate supune un agresor cu un efort minimal. Controlul se obține prin blocarea, extensia sau torsionarea articulațiilor carpalului (degete, încheietura mâinii, cot, umăr) ori ale tarsului (gleznă, genunchi) dincolo de limitele naturale de mobilitate, impunând abandonul imediat. Agentul de securitate trebuie să cunoască câteva principii de mișcare biomecanică, limitele de întindere ale ligamentelor și de deplasare a oaselor în principalele articulații, să posede un bun echilibru pozițional, coordonare în mișcări și abilități specializate de domeniu. Procedeele de reținere forțată se execută de unul sau mai mulți colaboratori ai structurilor PPS (după caz) și în funcție de numărul indivizilor agresivi.

Tema 3. Tehnici de contraofensivă prin aplicarea loviturilor cu membrele superioare și inferioare. Tactica luptei la diferite distanțe față de agresor.

Unități de conținut:

1. Poziția de luptă (garda), deplasări, punctele vulnerabile ale organismului.
2. Lovitura directă cu pumnul, eschive, blocajul și contraofensiva.
3. Lovitura semicirculară cu pumnul, eschive, blocajul și contraofensiva.
4. Lovitura de jos în sus cu pumnul, eschive, blocajul și contraofensiva.
5. Lovituri cu cotul.
6. Combinații de atac și contraofensivă, sparring cu echipament de protecție.
7. Lovitura directă cu piciorul.
8. Lovitura cu genunchiul.
9. Lovitura semicirculară cu piciorul.
10. Lovitura laterală cu piciorul.
11. Lovitura în urmă cu piciorul.

Rezultatele învățării - Înțelegerea principalelor abordări și metode în aplicarea tehnicilor de atac și contraofensive împotriva agresorului pentru autoapărare și protecția persoanelor, fapt ce va permite agentului de securitate să riposteze eficient cu lovituri în punctele vulnerabile și să imobilizeze agresorul.

În cadrul orelor sunt practicate mai multe procedee de lupte corp la corp (karate, box, kick-boxing ș.a.) pentru a le contrapune diferitor atacuri fizice violente și de a imobiliza eficient agresorul. Loviturile sunt aplicate împotriva agresorului (agresorilor), când acțiunile ilegale (atacuri reale) ale agresorului nu au putut fi înlăturate sau anihilate prin celelalte mijloace non-

violente și aceste acțiuni prezintă un pericol real pentru persoanele protejate sau pentru agenții de securitate.

Tema 4. Imobilizarea agresorului prin aplicarea tehnicilor de aruncări și secerări din luptele sambo, judo, jiu-jitsu. Tactica de luptă de la distanță mică față de agresor.

Unități de conținut:

1. Învățarea procedeului „Marea secerare exterioară”.
2. Învățarea procedeului „Aruncarea peste șold”.
3. Învățarea procedeului „Aruncarea peste umăr”.
4. Învățarea procedeului „Roata peste umeri”.
5. Învățarea procedeului „Secerarea interioară”.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în aplicarea tehnicilor de proiectare a agresorului la sol pentru autoapărarea cu succes împotriva acțiunilor agresive ale atacatorilor, fapt ce va permite agentului de securitate imobilizarea prin mai multe căi a acestora; în cadrul orelor vor fi practicate mai multe procedee din luptele sambo/judo pentru a le contrapune diferitor atacuri fizice violente.

Tehnicile de proiectare a agresorului la sol practicate de studenți la lecții fac parte din clasa tehnicilor din picioare (tehnica de proiectare, aruncare, secerare). Tehnica din picioare cuprinde toate procedeele prin care executantul urmărește aruncarea adversarului cu spatele la sol, controlându-i în permanență acțiunile, iar rezultatul proiectării agresorului la sol este imobilizarea acestuia la pământ fiind controlat prin acțiuni articulare asupra brațului ce permite ușor în continuare de a trece la încătușarea lui.

Tema 5. Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.

Unități de conținut:

Acțiunile practice ale studentului chestionat în parcurgerea unui traseu cu obstacole în sala de lupte sau pe o pistă cu obstacole contra cronometru. Obstacolele conțin atacuri fizice din partea altor studenți ce sunt repartizați pe traseu, atacuri întreprinse cu lovituri cu membrele superioare și inferioare, atacuri cu arme albe (cuțit de cauciuc), arme de foc (pistol de cauciuc), exerciții fizice speciale, escaladarea obstacolelor, cățărare pe otgon ș.a.

Obiectiv: de a înțelege principiile de bază în curmarea și anihilarea diferitor forme de agresiuni fizice prin prisma acțiunilor tehnico-tactice întreprinse pe fonul suprasolicitărilor psihofizice pe traseul pistei cu obstacole.

Familiarizarea studenților în mod practic cu situații dificiltoase și imprevizibile, va permite pe viitor inițierea mecanismelor defensive de protecție ce vor diminua efectele negative stresante și vor preîntâmpina inhibiția psihocomportamentală în situații extreme.

Totodată verificarea capacităților psihomotrice ale studenților prin metoda testului pistei cu obstacole permite o evaluare mai calitativă a nivelului de instruire și a condiției fizice spre finele anului de studiu, care la rândul lor permit de a face o caracteristică generalizată a grupei și a fiecărui student în parte.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, pe fonul stresului psihologic și a suprasolicitării fizice a organismului.

Tema 6. Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.

Unități de conținut:

Susținerea normativelor de control se efectuează în două etape:

1. Susținerea normativelor în sala de lupte la proba tracțiuni în brațe la bară fixă, la proba flotări și la proba ridicarea trunchiului din culcat dorsal;
2. Susținerea normativelor la alergări pe terenul de atletism la probele: Sprint 100 m, Alergare de suveică 10x10m și proba Cros 1000m.

Obiectiv: Verificarea capacităților psihomotrice\baremului ale studenților permite o evaluare mai calitativă a nivelului de instruire și a condiției fizice spre finele anului de studiu, care la rândul lor permit de a face o caracteristică generalizată a grupei și a fiecărui student în parte.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, acțiuni care aduc inevitabil stresul psihologic și o suprasolicitare fizică a organismului.

Evaluarea competențelor psihomotrice prin intermediul normativelor de control, constituie o procedură pedagogică foarte complexă, care urmărește determinarea și aprecierea cu notă diferențiată a performanțelor profesionale obținute de un student într-o perioadă concretă de timp. Notele obținute la probele motrice incluse în normativele de control se sumează și se împart la numărul de probe formând nota media generală pe subiect.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. **Evaluarea inițială** se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin verificarea tehnicilor învățate și a baremelor fizice pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. **Evaluarea curentă** formativă se efectuează prin verificări curente sistematice pe parcursul programului de instruire, pe secvențe mai mici (pot fi compartimente), având drept scop cunoașterea gradului de instruire de către studenți a materiei predate pe parcursul semestrului și se finalizează cu note. Notele sunt acordate pentru nivelul de execuție tehnico-tactică a procedurilor de neutralizare a agresiunilor și de imobilizare a agresorului în condiții de exersare globală a elementelor. Prin evaluarea curentă se monitorizează procesul de formare a competențelor profesionale a viitorilor specialiști PPS. Se constată rezultatele activității de formare profesională atât prin activitățile din sala de lupte, cât și prin lucrul individual. Notele se înregistrează în registrul grupei academice și în registrul personal. Criteriile de evaluare:

Performanța motrică prin rezultatul normativului (baremului) de control. Normativele de control prezintă calitățile motrice speciale strict necesare viitorului specialist PPS.

Cantitatea și calitatea tehnicilor speciale de lupte însușite în raport cu prevederile programei de specialitate.

Capacitatea studentului de a aplica în practică tehnicile de lupte în situații ne standarde.

Nivelul cunoștințelor teoretice prevăzute pentru orele individuale.

Totodată, demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. **Evaluarea finală** sumativă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării oral și practic. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen. Rezultatele evaluării finale se exprimă în note conform scalei de notare, iar nota minimă de promovare este nota 5.

Nota finală la disciplină însumează rezultatul evaluării curente (nota medie pe semestru) și nota obținută la examen. Admiterea la examen prevede prezența la ore de 70-80%, acumularea minimum a 50% a notelor la teste practice (evaluarea curentă) și obținerea notei pe simestru. Studentul care la evaluarea curentă (nota pe semestru) are nota mai mică de „5” nu este admis la

evaluarea finală (examen).

Bibliografie

1. Legea Republicii Moldova cu privire la activitatea particulară de detectiv și de pază nr. 238 din 04.07.2003 publicată în Monitorul Oficial al Republicii Moldova Nr. 200-203 art Nr. 769 din 19.09.2003. p. 15-16.
2. Legea Republicii Moldova cu privire la modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc Nr. 218 din 19.10.2012 publicată în Monitorul Oficial Nr. 254-262 art. Nr. 836 din 14.12.2012. p. 7-10.
3. Andreescu A. Tehnici de autoapărare pentru lucrătorii din sistemul național de autoapărare, Editura Lumina Lex, București. 2003.
4. Radu, N., Pregătirea psihofizică a luptătorilor antiteroriști, Referat, București 2000.
5. Albu, C., Arma psihologică - între limite și performanțe, Editura M.I.și R.A., București, 2008.
6. Bompa, T.O., Teoria și metodologia antrenamentului – periodizarea, Editura Ex Ponto, București, 2002.
7. Dragnea, A., Bota Aura, Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1999.
8. Macoveanu D. Arte marțiale – metodică de antrenament, Editura Lumina Lex, București. 2001.
9. Epuran, Mihai, Modelarea conduitei sportive, Editura Sport-Turism, București, 1995.
10. Roman, Gheorghe, Batali Cristian, Antrenamentul sportiv - teorie și metodică, Editura Napoca Star, Cluj, 2007.
11. Epuran, Mihai, Psihologia sportului de performanță. Teorie și practică, Editura Fest, București, 2001.
12. Polevaia-Secăreanu A., Scobioală Gh., Cotorcea A. Pregătirea profesional-aplicativă a specialiștilor în domeniul pazei protecției și securității prin intermediul sporturilor de lupte: Ghid metodic: pentru studenții facultății „Pază Protecție și Securitate” Chișinău, (Tipogr „Valinex SRL”) 2014. 55 p.
13. Vespan, V. Pregătirea psihologică și rolul ei în formarea și perfecționarea polițistului pentru contracararea agresiunilor fizice, Teza de doctorat, București, 2002.
14. Григорьев, И. Боевая подготовка профессиональных телохранителей: учеб. пособие. Ростов н/Д.: Феникс, 2004. с. 237-255.



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str.A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Securitate civilă și publică					
Denumireacursului		Logica domeniului de formare profesională Istoria mentalităților colective					
Titularulcursului		Leșcu Artur					
Ciclul (L-licență)	L	Codulcursului	U 04 A. 25	Anul	II	Semestrul	4
Nr.credite	5	Limbade instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Oredecontact direct	75	Studiuindividual	75	Totalorepe semestru			150
Regimuldisciplinei							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărutotaldeore (pesemestru)dinplanuldeînvățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual,P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spsu@g mail.com	Total	C	S	L/P	LI	
		150	50	25	-	75	
Nota de prezentare	<p>Cele mai recente perspective din domeniul discursului istoric (la nouvelle histoire - istoria nouă) se referă la promovarea unei imagini novatoare și globale asupra trecutului, având în vedere modul (sau mai degrabă modurile), manierele în care oamenii societăților trecute văd, percep și își imaginează <u>cosmosul</u>, lumea care-i înconjoară, cum se văd pe ei înșiși, cum îi văd pe ceilalți, precum și sistemele de valori în funcție de care își modelează <u>atitudini</u>, <u>comportamente</u>, <u>reactii</u> unii față de ceilalți și față de provocările mediului natural, social sau politic. Într-un cuvânt, paradigma mentală specifică unui anumit timp istoric. Istoria mentalităților a inaugurat o perspectivă dinamică asupra trecutului, încercând să evite capcanele unui <u>determinism</u> rigid, care merge direct de la cauză la efect. Spiritul pluridisciplinar prin care se caracterizează noua viziune istorică (<u>psihologie socială</u>, <u>geografie umană</u>, <u>demografie istorică</u>, <u>lexicologie</u>, <u>semantică</u>, etc.) este unul dintre principalele attribute ale noului tip de discurs. În centrul investigației este așezat nu un om <u>abstract</u> și <u>universal</u>, ci o ființă <u>concretă</u> din punct de vedere istoric, așezat în mijlocul lumii sale și nu rupt de aceasta. Atenția este acordată oamenilor cu toate</p>						

	trăirile, emoțiile, pasiunile, crizele și reveriile lor, uneori raționali, dar cel mai adesea instinctivi, și nu indivizilor care se reduc la o simplă proiecție socială a unei imagini mascate, fie voit, fie accidental.					
Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <p style="text-align: center;">Presupun un bogat sistem de cunoștințe despre:</p> <ul style="list-style-type: none"> • geneza istoriei mentalităților colective; • personalitățile care au contribuit la instituționalizarea istoric mentalităților colective; • funcțiile istoriei mentalităților colective; • etapele de constituire a istoriei mentalităților colective; • rolul și locul istoriei mentalităților colective în structura științelor socioumane; • concepțiile istoriei mentalităților colective. <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • deprinderi de înțelegere a fenomenului social; • capacitate de a explica rolul, și funcționarea instituțiilor sociale; • putere de convingere; • spirit analitic față de procesele care au loc în viața socială și în viață prin prisma istorică; • accesibilitate, simplitate în prezentarea informațiilor și interpretarea fenomenelor; • gândire și imaginație despre procesele globalizării, relațiilor internaționale. 					
Finalități și performanțe la curs/modul	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să înțeleagă și să interpreteze timpul și spațiul în dezvoltarea culturii și civilizației umane; ▪ să utilizeze și să interpreteze sursele istorice și istoriografice; ▪ să analizeze și să interpreteze causalitatea și schimbarea în cultura și civilizația umană; ▪ să-și îmbogățească limbajul de specialitate și să-l utilizeze în comunicare; ▪ să dezvolte capacitatea de investigație și deprinderilor de muncă intelectuală implicate de studiul culturii; ▪ să-și formeze și să-și dezvolte valorile și atitudinile față de valorile naționale și general-umane. <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească conceptele de bază cu privire la cele mai importante momente din evoluția omenirii; ▪ să prezinte mecanismele determinante ale evoluției societății; ▪ să structureze într-un discurs cunoștințele despre o problemă din cultura studiată; ▪ să determine locul și importanța diferitor procese și evenimente culturale din spațiul românesc în contextul culturii universale; ▪ să aprecieze conștiința apartenenței la o comunitate națională. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să explice esența și conținutul istoriei mentalităților colective; ▪ să explice funcționarea sistemului politic al societății; ▪ să comenteze esența istoriei mentalităților colective; ▪ să comenteze rolul culturii politice în socializarea membrilor societății. 					
	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Obiectul de studiu al Logicii și teoriei argumentării.	6	2	1	3
	2	Formele gândirii logice.	6	2	1	3

Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	3	Raționalitatea și tipurile ei.	6	2	1	3
	4	Raționalitate și comunicare.	6	2	1	3
	5	Raționalitate și argumentare.	6	2	1	3
	6	Logica discursului.	6	2	1	3
	7	Definirea argumentării.	6	2	1	3
	8	Standarde etice pentru argumentare. Domenii ale argumentării.	6	2	1	3
	9	Natura mișcărilor.	6	2	1	3
	10	Modele argumentative.	6	2	1	3
	11	Metode de demonstrare a argumentelor.	6	2	1	3
	12	Metode de demonstrare logică. Sofismele de raționament.	6	2	1	3
	13	Metode de dezbateră a mișcărilor. Prezentarea argumentelor în fața publicului.	6	2	1	3
	1	Istoria și aspirațiile descoperirii umanului	6	2	1	3
	2	Mentalitățile, un domeniu la frontieră dintre științe	6	2	1	3
	3	Repere ale unei istorii a religiei populare și a sentimentului religios. Religii prescrite și religia populară. Sensibilitatea religioasă	6	2	1	3
	4	Istoria atitudinilor în fața morții	6	2	1	3
	5	Sentimentul de frică, insecuritate, dar și de securitate	6	2	1	3
	6	Avatarurile imaginarului de-a lungul istoriei	6	2	1	3
	7	Filosofia contemporană: orientări și stiluri de gândire	6	2	1	3
	8	Descoperirea imaginarului colectiv	6	2	1	3
	9	Imaginar și mentalități	6	2	1	3
10	Funcțiile imaginarului colectiv	6	2	1	3	
11	Utilajul imaginarului: reprezentări, arhetipuri, simboluri, scheme	6	2	1	3	
12	Viziune de prelume. Domeniile imaginarului social. Miturile. Utopiile.	6	2	1	3	
	Total	150	50	25	75	
Strategii de predare & învățare în	Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateră, poate fi curs mixt prelegere – dezbateră, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateră, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea,					

cadrul cursului/modulului	<p>explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea/prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează două lucrări de control (testări).</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (ponderarea exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluare curentă	20%
	Nota de la activitatea de prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. Philippe Ariès, Omul în fața morții, Buc., Meridiane, 1998. 2. Lucian Boia, Pentru o istorie a imaginarului, Buc., Humanitas, 2000. 3. Idem, Istorie și mit în conștiința românească, Humanitas, 1997. 4. Idem, Sfârșitul lumii. O istorie fără sfârșit, Buc., Humanitas, 1999. 5. Idem, Mitul longevității. Cum să trăim 200 de ani, Humanitas, 1999. 6. Idem (coord), Mitologia științifică a comunismului, Buc., Humanitas, 1999. 7. Jurgis, Baltrusaitis, Evul Mediu fantastic, Buc., Ed. Meridiane, 1975. 8. Marc Bloch, Regiile haematurgi, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 1996. 9. Fernand Braudel, Structurile cotidianului: posibilul și imposibilul, vol. I, trad. A. Riza, Buc., Editura Meridiane, 1984. 10. Ernst Cassirer, Mitul Statului, Iași, Institutul European, 2001. 11. Michel de Certeau, Fabula mistică. Secolele XVI-XVII, trad. M. Jeanrenaud, Iași, Polirom, 1996. 12. Roger Chartier, Lecturi și cititori în Franța Vechiului Regim, Buc., Meridiane, 1997. 13. R. Chartier, Originile culturale ale Revoluției franceze, (trad. din lb. fr.), Timișoara, SEDONA, 1998. 14. Pierre Chaunu, Civilizația Europei în secolul Luminilor, Buc., Ed. Meridiane, 1986. 15. Emil Cioran, Istorie și Utopie, București, Humanitas, 1992. 16. Jean Delumeau, Naissance et affirmation de la Réforme, Paris, PUF, 1965. 17. J. Delumeau, Le catholicisme entre Luther et Voltaire, Paris, PUF, 1971. 18. J. Delumeau, Frica în Occident (secolele XIV-XVIII). O cetate esdiată, trad. M. Moraru, vol I-II, Buc., Ed. Meridiane, 1986. 19. J. Delumeau, Mărturisirea și irtarea. Dificultățile confesiunii. Secolele XIII-XVIII, trad. I. Ilinca, Iași, Polirom, 1998. 	

20. Catherine Durandin, Discurs politic și modernizare în România, Cluj, PUC, 2001, p. 34-45 (Cel mai bun subiect al istoriei românești: țăranul...)
21. Alexandru Duțu, Histoire de la pensée et des mentalités politiques européennes, București, Ed. Universității, 1997.
22. M. Eliade, Aspecte ale mitului, Buc., Ed. Univers, 1978.
23. François Furet, Reflecții asupra Revoluției franceze, Buc., Humanitas, 1992.
24. Raoul Girardet, Mythes et mythologies politiques, Éd. du Seuil, 1986;
25. Mituri și mitologii politice, Iași, Institutul European, 1997.
26. Jacques Le Goff, Imaginarul medieval, Buc., Ed. Meridiane, 1991.
27. L. Le Goff, Negustorii și bancherii în Evul Mediu, trad. N. Ghimpețeanu, Buc., Ed. Meridiane, 1994.
28. J. Le Goff, Nașterea Purgatoriului, trad. M. Carpov, Buc, Ed. Meridiane, 1995, vol. I-II.
29. J. Le Goff, Bani și Viața, trad. E. Stănescu, Buc., Ed. Erasmus, 1993.
30. Paul Hazard, Criza conștiinței europene, Buc., Ed. Univers, 1973.
31. P. Hazard, Gândirea europeană în secolul al XVIII-lea, București, Editura Univers, 1981.
32. Johan Huizinga, Amurgul Evului Mediu, trad. H.R. Radian, Buc., Ed. Meridiane, 1993.
33. La Nouvelle Histoire, Paris, Éd. Complexe, 1988.
34. Mituri istorice românești, (coord. L. Boia), București, Editura Universității, 1995.
35. Massimo Montanari, Foame și abundență. O istorie a alimentației în Europa, trad. D. Cernica, E. Caraboi, Iași, Polirom, 2003.
36. Robert Muchembled, L'Invention de l'homme moderne. Culture et sensibilités en France du XVe au XVIIIe siècle, Paris, Librairie Arthème Fayard, 1988.
37. Robert Muchembled, O istorie a Diavolului. Civilizația occidentală în secolele XII-XX, Ed. Cartier, 2002.
38. S. Nicoară, Mitologiile Revoluției pașoptiste românești. Istorie și imaginar, Cluj-Napoca, P.U.C., 1999.
39. Idem, Istorie și imaginar. Eseuri de antropologie istorică, Cluj-Napoca, P.U.C., 2001.
40. S. Nicoară, T. Nicoară, Mentalități colective și imaginar social. Istoria și noile paradigme ale cunoașterii, Cluj-Napoca, Presa Univ. Clujeană/Mesagerul, 1996.
41. T. Nicoară, Introducere în istoria mentalităților colective, Cluj-Napoca, 1995.
42. Idem, Clio în orizontul mileniului trei, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2002.
43. Omul bizantin, coord. Guglielmo Cavallo Iași, Polirom, 2000.
44. Omul romantic, coord. François Furet, Iași, Polirom, 2000.
45. Omul secolului al XIX-lea, coord. Ute Frevert, H.-G. Haupt Iași, Polirom, 2002.
46. Mona Ozouf, La fête révolutionnaire 1789-1799, Paris, Gallimard, 1976.
47. Al. Fl. Platon, Societate și mentalități în Europa medievală, Iași, Ed. Univ. Al.I. Cuza, 2000.
48. Marius Rotar, Moartea în Transilvania în secolul al XIX-lea, vol. I, Cluj-Napoca, Ed. Accent, 2006.
49. Jean-Paul Roux, Regele. Mituri și simboluri, Buc., Meridiane, 1998.
50. M. Segré, Mituri, rituri și simboluri în societatea contemporană, Tim. Amarcord, 2000.
51. Jean-Claude Schmitt, Rațiune și gesturile în Occidentul medieval, trad. D. Marian, pref. Al. Duțu, Buc., Editura Meridiane, 1998.
52. Michel Senellart, Artele guvernării. De la conceptul de "regimen" medieval la cel de guvernare, trad. S. Oprescu, Buc., Ed. Meridiane, 1998.
53. Barbu Ștefănescu, Sociabilitate rurală. Violență și ritual, Oradea, Editura universității din Oradea, 2004.
54. Elena Tacciu, Mitologii romantice, București, Cartea Românească, 1973.
55. Jean-Jacques Wunenburger, Sacralul, trad. M. Căluț, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2002.
56. Max Weber, L'éthique protestante et l'esprit du capitalisme, trad. J. Chavy, Paris, Plon, 1964. (trad. Etică protestantă și spiritul capitalismului, Buc., Humanitas, 1993).
57. J.-J. Wunenburger, Utopia saucriză și imaginarul, trad. T. Ionescu, Cluj-Napoca, Ed. Dacia, 2001.
58. J.-J. Wunenburger, L'Imaginaire. "Que sais-je?" Paris, PUF, 2003



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Drept instituțional al Uniunii Europene
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Chirtoacă Natalia
Cadre didactice responsabile	Chirtoacă Natalia
e-mail:	natalia.chirtoaca@gmail.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
U 04 A. 26	3	II	IV	90	45	16	45	74

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Cursul Drept instituțional al Uniunii Europene se integrează în Programul **Securitate Civilă și Publică** și este orientat spre satisfacerea unor necesități concrete de cadre calificate pe piața forței de muncă, conform politicilor și strategiilor naționale în domeniul educației și formării profesionale, dar și în corespundere cu evoluția procesului de integrare europeană, cu politicile europene privind statele-membre și statele vecine ale UE.

În contextul actual al globalizării, circulația oamenilor, a ideilor și practicilor duce la diversificarea tot mai mare a societăților, astfel că sunt resimțite consecințe considerabile asupra dreptului, politicilor publice, relațiilor și experiențelor sociale individuale și colective. Având în vedere acest lucru, constatăm că există o nevoie crescândă de expertiză specifică în materie de integrare europeană și armonizare legislativă, iar Cursul Drept instituțional al UE oferă studenților o imagine de ansamblu cuprinzătoare asupra acestui domeniu de cunoaștere, prin abordarea sa multidisciplinară și interdisciplinară. Cursul își propune familiarizarea studenților cu apariția și evoluția procesului de integrare europeană, cu modul de organizare și funcționare a Uniunii Europene, punând accent pe etapele extinderii și specificul acestora și relațiile UE cu statele vecine.

De asemenea, studierea acestei discipline este importantă în contextul asocierii Republicii Moldova la Uniunea Europeană, care va pune în evidență dezvoltarea relațiilor multilaterale dintre

Republica Moldova și Uniunea Europeană, dar și din perspectiva viitoare a aderării Republicii Moldova la Uniunea Europeană, motiv care impune cunoașterea tuturor nuanțelor acestei discipline care este complet deosebită de altele prin conținutul său, deoarece cuprinde elemente de drept constituțional, administrativ, internațional, civil și privat; prin extinderea sa supranațională, statele membre limitându-și împuternicirile în anumite domenii; și bineînțeles prin importanța sa de perspectivă pentru continentul european.

Cursul *Drept instituțional al Uniunii Europene* este orientat spre asigurarea unei înalte pregătiri teoretice și aplicative a studenților. Cursul este structurat pe teme, discutate atât la cursuri, cât și la seminare și vine să contribuie la consolidarea abilităților și competențelor studenților de analiză, comparare, lucrul individual și în grup, rezolvarea unor spețe etc.

Conținutul curriculei corespunde cerințelor metodologice și reflectă conținuturile și activitățile de predare-învățare-evaluare în conformitate cu finalitățile de cunoștințe, abilități și competențe corespunzătoare nivelului 6 – studii de licență. Finalitățile unităților de curs sunt corelate cu cele ale programului, fiind reflectate în matricea corelării finalităților de studiu și a competențelor formate în cadrul programului. Curricula este supusă unui proces de reactualizare continuu, astfel, că cele mai recente produse în domeniu, atât teoretice cât și empirice deopotrivă, sunt incluse în temele cursurilor.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

În cadrul cursului *Drept instituțional al Uniunii Europene* studenții trebuie să dobândească prin învățare cunoștințe care să le permită identificarea și rezolvarea în contexte diverse a unor probleme caracteristice dreptului instituțional al Uniunii Europene.

Competențele generale, au rolul de a orienta demersul didactic către achizițiile finale dobândite de student prin învățare, și anume:

- Abilitatea de a lucra independent și de autoinstruire într-un limbaj tehnic juridic, folosind clar terminologia Dreptului instituțional al Uniunii Europene;
- Favorizarea soluționării problemelor prin colaborare;
- Dezvoltarea abilităților decizionale, aplicând cunoștințele privind legislația Uniunii Europene;
- Capacitatea de analiză și sinteză a diferitor puncte de vedere din perspectiva Dreptului instituțional al Uniunii Europene;
- Capacitatea de evaluare și autoevaluare;
- Capacitatea de a lucra în echipă;
- Capacitatea de a transpune în practică cunoștințele dobândite în domeniul Dreptului instituțional al Uniunii Europene;
- Abilitatea de a se angaja în învățarea continuă;
- Capacitatea de adaptare la situații noi și de a contribui creativ la găsirea unor soluții legale;
- Capacitatea de a concepe proiecte și de a le derula, în contextul armonizării legislației naționale cu legislația Uniunii Europene;
- Preocuparea pentru obținerea calității;
- Voința de a reuși.

Competențele specifice, se definesc pe obiectul de studiu și se formează pe parcursul predării disciplinei, și anume:

- asigurarea cunoștințelor teoretice necesare privind evoluția istorică a integrării europene;
- aprofundarea cunoștințelor teoretice privind obiectul de studiu și izvoarele dreptului

instituțional al Uniunii Europene;

- formarea gândirii critice privind natura juridică a Uniunii Europene;
- formarea și dezvoltarea aptitudinilor de a identifica și analiza acțiunile care au loc în procesul de aderare a unui stat la Uniunea Europeană;
- aprofundarea cunoștințelor privind instituțiile și organele Uniunii Europene și esența normelor juridice ce le reglementează;
- familiarizarea cu tipurile de acte juridice europene și rolul instituțiilor Uniunii Europene în cadrul procedurilor legislative;
- formarea deprinderilor de a identifica domeniile de acțiune ale Uniunii Europene;
- formarea capacității de a diferenția politicile comune ale Uniunii Europene;
- identificarea principalelor etape și analiza evoluției relațiilor Republicii Moldova cu Uniunea Europeană;
- aprofundarea cunoștințelor privind participarea Republicii Moldova în Programele și Agențiile Uniunii Europene;
- abordarea problemelor științifice din domeniul dreptului instituțional al Uniunii Europene privind avantajele și dezavantajele integrării europene a Republicii Moldova;
- aprofundarea cunoștințelor teoretice privind necesitatea armonizării legislației naționale cu cea a Uniunii Europene și aplicarea acestora în anumite activități practice;
- aprecierea corectă a diverselor situații în baza cunoștințelor obținute;
- familiarizarea cu cele mai recente dezvoltări și inițiative legislative în domeniul dreptului instituțional al Uniunii Europene.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să determine obiectul de studiu al disciplinei
- să descrie evoluția istorică a integrării europene
- să descrie diversele forme de integrare europeană
- să distingă formele integrării europene și procesele respective
- să definească noțiunea de Comunități Europene/Comunitate Europeană/Uniunea Europeană
- să distingă tipurile de integrare europeană – economică, politică, militară
- să distingă izvoarele Dreptului instituțional al Uniunii Europene
- să descrie cadrul instituțional al Uniunii Europene
- să descrie cadrul normativ al Uniunii Europene
- să identifice libertățile fundamentale ale Uniunii Europene în contextul principiilor Dreptului european
- să descrie relațiile dintre Republica Moldova și Uniunea Europeană

II. La nivel de aplicare

- să identifice particularitățile Dreptului instituțional al Uniunii Europene în comparație cu Dreptul internațional public
- să interpreteze clauzele tratatelor comunitare în conformitate cu jurisprudența Curții Europene de Justiție
- să determine raportul dintre Dreptul instituțional al Uniunii Europene și Dreptul internațional public
- să determine raportul dintre Dreptul instituțional al Uniunii Europene și dreptul național al statelor membre ale Uniunii Europene

- să compare legislația statelor membre ale Uniunii Europene cu standardele europene
- să determine exigențele înaintate față de un stat pentru aderarea la Uniunea Europeană
- să clasifice criteriile de aderare la Uniunea Europeană
- să demonstreze supremația Dreptului instituțional al Uniunii Europene față de cel al statelor membre ale Uniunii Europene
- să identifice instituțiile și organele Uniunii Europene și să descrie evoluția acestora din punct de vedere al capacităților instituționale și funcționale
- să identifice și să analizeze principiile care stau la baza repartizării competențelor între instituțiile Uniunii Europene
- să identifice tipurile de acte juridice europene și rolul instituțiilor Uniunii Europene în cadrul procedurilor legislative
- să evalueze câmpul de aplicare al competențelor UE
- să generalizeze jurisprudența Curții Europene de Justiție
- să identifice și să analizeze principalele etape în procesul de integrare europeană a Republicii Moldova
- să identifice și să compare avantajele și dezavantajele integrării europene a RM

III. La nivel de integrare

- să coordoneze procese de armonizare a legislației cu principiile Uniunii Europene
- să recomande modificări în baza standardelor Uniunii Europene
- să proiecteze acte de modificare a legislației
- să argumenteze poziția unui stat pentru aderarea la Uniunea Europeană
- să proiecteze diferite cereri

Preconții

Condiționările sau exigențele prealabile

1. Cunoașterea și utilizarea termenilor și conceptelor specifice din domeniul dreptului, istoriei, geografiei etc.
2. Exprimarea unui mod de gândire creativ în structurarea și soluționarea problemelor înaintate.
3. Formarea deprinderilor de a selecta și analiza corespunzător informațiile în abordarea sarcinilor de lucru.
4. Manifestarea unor atitudini favorabile față de știință și de cunoaștere în general.
5. Manifestarea interesului și disponibilității pentru problematica integrării europene.
6. Manifestarea inițiativei și disponibilității de a aborda teme variate.
7. Formarea și dezvoltarea capacității de a comunica utilizând mijloacele specifice sistemului informațional.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Evoluția istorică a integrării europene		2	1	2	1			5	6
2.	Definiția, obiectul și izvoarele dreptului instituțional al Uniunii Europene		2	1	2				4	6

3.	Caracteristicile juridice fundamentale ale UE	2	1					4	6
4.	Generalități privind sistemul instituțional al UE	2		2				2	6
5.	Instituții ale UE create prin tratatele inițiale	6	2	2	2			8	12
6.	Instituții ale UE create la un anumit stadiu al integrării europene	4	2	2				4	8
7.	Organe ale Uniunii Europene	2		1				4	6
8.	Actele juridice ale instituțiilor UE	2	2	1				4	8
9.	Competențele UE și domeniile de acțiune	2		1	2			5	8
10.	Relațiile Republicii Moldova cu UE	6	1	2	1			5	8
TOTAL		30	10	15	6			45	74

Conținutul unităților de curs

Tema 1: Evoluția istorică a integrării europene

1. Premisele înființării comunităților europene și ideile de integrare europeană
2. Crearea Comunității Europene a Cărbunelui și Oțelului (CECO)
3. Crearea Comunității Economice Europene (CEE) și a Comunității Europene a Energiei Atomice (CEE/ EURATOM)
4. Evoluția comunităților europene, înființarea și evoluția Uniunii Europene.

Tema 2: Definiția, obiectul și izvoarele dreptului instituțional al Uniunii Europene

1. Definiția și obiectul dreptului instituțional al Uniunii Europene
2. Izvoarele dreptului instituțional al Uniunii Europene

Tema 3: Caracteristicile juridice fundamentale ale UE

1. Fundamentele juridice ale Comunităților/Uniunii Europene
2. Natura juridică a comunităților europene/Uniunii Europene
3. Procedura de aderare la Uniunea Europeană

Tema 4: Generalități privind sistemul instituțional al UE

1. Evoluția structurii instituționale a Uniunii Europene
2. Principii care guvernează activitatea instituțiilor Uniunii Europene

Tema 5: Instituții ale UE create prin tratatele inițiale

1. Comisia. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții
2. Consiliul. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții
3. Parlamentul European. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții
4. Curtea Europeană de Justiție. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții. Procedura în fața Curții de Justiție a Uniunii Europene.

Tema 6: Instituții ale UE create la un anumit stadiu al integrării europene

1. Consiliul European. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții
2. Curtea de Conturi. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții
3. Banca Centrală Europeană. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții

Tema 7: Organe ale Uniunii Europene

1. Organe europene cu caracter consultativ.
 - Comitetul Economic și Social. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții.
 - Comitetul Regiunilor. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții
2. Organe financiare ale Uniunii Europene.
 - Banca Europeană de Investiții. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții.
 - Fondul European de Investiții.
3. Alte organe ale Uniunii Europene.
 - Ombudsmanul European. Componentă. Organizare. Funcționare. Atribuții.
 - Agențiile Uniunii Europene.

Tema 8: Actele juridice ale instituțiilor UE

1. Ordinea juridică a Uniunii Europene
2. Acte juridice adoptate de instituțiile Uniunii Europene
3. Procedura adoptării actelor juridice ale instituțiilor Uniunii Europene

Tema 9: Competențele UE și domeniile de acțiune

1. Competențele Uniunii Europene și domeniile de acțiune
2. Funcțiile asumate de Uniunea Europeană

Tema 10: Relațiile Republicii Moldova cu UE

1. Apariția și evoluția relațiilor Republicii Moldova cu Uniunea Europeană
2. Cooperarea RM cu UE în cadrul Parteneriatului Estic
3. Participarea RM în Programele și Agențiile UE
4. Cooperarea în domeniul Politicii Europene de Securitate și Apărare Comună
5. Cooperarea în domeniul Justiției și Afacerilor Interne
6. Prezența Uniunii Europene în Republica Moldova

Strategii de evaluare

Evaluarea reprezintă o componentă organică a procesului de învățământ. Se recomandă cu prioritate metode moderne de evaluare precum: observarea sistematică a comportamentului studenților, centrarea pe progresul personal, autoevaluarea, realizarea unor proiecte care să valorifice rezultatele studenților și să stimuleze în același timp dezvoltarea de valori și atitudini. Evaluarea se va realiza prin raportare la standarde generale și nu la nivelul grupei.

Procesul de evaluare va pune accent pe recunoașterea experiențelor de învățare și a competențelor dobândite de către studenți în contexte nonformale sau informale. În întreaga activitate de învățare și evaluare va fi urmărit, încurajat și valorizat progresul fiecărui student în parte. Evaluarea va viza mai ales interpretarea creativă a informațiilor și capacitatea de a rezolva o situație - problemă.

Evaluarea va fi continuă, formativă și sumativă – obligatorie la sfârșitul fiecărei unități de învățare.

Evaluarea formativă se va realiza prin prezentarea, dezbateră și evaluarea lucrului individual, aprecierea rezultatelor activității studentului din cadrul seminarelor, precum și desfășurarea a 2 lucrări de control (testări) pe parcursul semestrului.

Evaluarea sumativă/finală se va realiza luându-se în considerație evaluarea formativă (ponderea de 0,6) și evaluarea finală (0,4) care se va materializa într-un examen scris incluzând subiecte componente ale cursului.

Bibliografie

Bibliografie obligatorie

Tratate

1. Tratatul de la Lisabona de modificare a Tratatului privind Uniunea Europeană și a Tratatului de instituire a Comunității Europene, http://eur-lex.europa.eu/legal-content/RO/TXT/?uri=uriserv:OJ.C_.2007.306.01.0001.01.RO&toc=OJ:C:2007:306:TOC#g-001; <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/RO/TXT/PDF/?uri=OJ:C:2016:202:FULL&from=RO>; (versiune consolidată);
2. Carta drepturilor fundamentale a Uniunii Europene, <http://eur-lex.europa.eu/legal-content/RO/TXT/?uri=CELEX:12007P/TXT>;
3. Acordul de Asociere între Republica Moldova, pe de o parte, și Uniunea Europeană și Comunitatea Europeană a Energiei Atomice și statele membre ale acestora, pe de altă parte <http://www.mfa.gov.md/img/docs/Acordul-de-Asociere-RM-UE.pdf>

Manuale, cursuri de lecții, monografii

1. Andresan-Grigoriu Beatrice, Tudorel Ștefan, Tratatetele Uniunii Europene. Versiune consolidata, Editura Hamangiu, București, 2016.
2. CHIRTOACĂ, Natalia; BURIAN, Alexandru, et. al. Redimensionarea politicii externe și interne a Republicii Moldova din perspectiva evoluției proceselor integraționiste și modificărilor geopolitice ale sistemului internațional. Partea II-a. CEP USM, Chișinău, 2019.
3. CHIRTOACĂ, Natalia; BURIAN, Alexandru, et. al. Redimensionarea politicii externe și interne a Republicii Moldova din perspectiva evoluției proceselor integraționiste și modificărilor geopolitice ale sistemului internațional. CEP USM, Chișinău, 2019.
4. Chirtoacă Natalia, Drept instituțional al Uniunii Europene, CEP USM, Chișinău, 2017.
5. Chirtoacă Natalia, Drept internațional public (în scheme), ediția a II-a revăzută și adăugită, Tipografia "Print-Caro", Chișinău, 2018.
6. Chirtoacă Natalia, Arhiliuc Victoria, Ceban Cristina, „et. al.”. Reprezentanțele organizațiilor internaționale în Republica Moldova, Editura CEP USM, Chișinău, 2008.
7. Chirtoacă Natalia, Burian Alexandru, Beregoi Natalia, et. al., Evoluția sistemului internațional și procesele de integrare europeană. Chișinău, 2014. CEP USM, Chișinău, 2015.
8. Fuerea Augustin, Manualul Uniunii Europene, Editura Universul Juridic, București, 2016.
9. Diaconu Nicoleta. Dreptul Uniunii Europene. Ediția a II-a, revizuită. Editura Lumina Lex, București, 2011.
10. Gyula Fabian, Drept instituțional al Uniunii Europene, Editura Hamangiu, București, 2012.
11. Țarlungă Victoria, Drept instituțional al Uniunii Europene, Tipografia din Bălți, 2014.
12. Voicu Marin, Uniunea Europeană înainte și după Tratatul de la Lisabona, Editura Universul Juridic, București, 2009.

Articole științifice

1. Chirtoacă Natalia, Grimailo Nelea, Evoluția procesului de legiferare internațională în cadrul Uniunii Europene: supranaționalitatea în Dreptul Organizațiilor Internaționale. Revista Moldovenească de Drept Internațional și Relații Internaționale. 2013, nr. 4, p. 24 – 41.
2. Chirtoacă Natalia, Druță Natalia, Libera circulație a persoanelor în spațiul Schengen, Materialele Conferinței științifice internaționale anuale a tinerilor cercetători, Ediția a IV-a, 16 aprilie 2010, Chișinău, 2010, p. 111-118.
3. Chirtoacă Natalia, Tratatul de la Lisabona – o nouă provocare pentru viitorul Uniunii Europene, Conferința științifică internațională anuală a tinerilor cercetători „Edificarea statului de drept și punerea în valoare a patrimoniului cultural, istoric și spiritual al Moldovei în contextul integrării europene”, ediția a III-a, Chișinău, 27 martie 2009, Chișinău, 2010, p. 131-137.

4. Chirtoacă Natalia, Statutul cetățeanului în Uniunea Europeană. Revista moldovenească de drept internațional și relații internaționale, Nr.2, 2008, p.16-20.
5. Chirtoacă Natalia, Chirtoacă Leonid, Европейская интеграция Республики Молдова. Европейское право – новая юридическая отрасль. Revista moldovenească de drept internațional și relații internaționale, Nr.1, 2008, p.33-36.
6. Chirtoacă Natalia, Integrarea europeană a Republicii Moldova: avantaje și dezavantaje, Materialele conferinței științifice anuale a tinerilor cercetători „Edificarea statului de drept și punerea în valoare a patrimoniului cultural, istoric și spiritual al Moldovei în contextul internațional”, Chișinău, 29 martie, 2007, p.185-197.

Pagini internet

<http://www.europa.eu>. – pagina oficială a Uniunii Europene



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport
or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Securitate civilă și publică</i>					
Denumirea cursului		Civilizația Europeană					
Titularul cursului		Samoteeva Raisa Nicolai Ciuc Natalia					
Ciclul (L-licență)	L	Codul cursului	U 04A.27	Anul	II	Semestrul	IV
Nr. credite	3	Limbă de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiul individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (U – componenta de orientare socioumanistică)							U
Catedra	Științe Psihopedagogice și Socioumanistice	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ (C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)					
e-mail	catedra.spps@univ.md	Total	C	S	L/P	LI	
		90	30	15	-	45	
Nota de prezentare	<p>Fiecare popor sau țară dispune de o cultură și o civilizație cu multiple forme de existență. Istoria Europei s-a format în mod coerent de organizare socială, politică, administrativă, religioasă și și-a exprimat viziunea sa proprie asupra vieții și a omului, a lumii, formulând și un sistem propriu de valori, și-a creat o artă originală. Ca știință generală despre cultură și civilizație, <i>Civilizația europeană</i> are scopul de a releva premisele cultural-istorice ale civilizației contemporane pentru studenții de la specialitatea <i>Securitate civilă și publică</i>.</p> <p>În procesul de studiere a disciplinei se presupune familiarizarea studenților cu valorile culturale europene, care au început să se cristalizeze în epoca modernă, cu cultura națională ca parte componentă a culturii universale pentru a le trezi interesul față de dialectica proceselor culturale și importanța lor socială, de a le ridica nivelul conștiinței civice și mândria față de cultura țării noastre.</p> <p>A cunoaște istoria este o autocunoaștere a propriei tale entități umane, în variatele modelări pe care viziunea omului dintr-o anumită epocă au imprimat-o gândirii, simțirii, faptelor; lucru necesar mai ales astăzi când pulsunile simțirii se nasc și mor pe loc, iar intelectul tinde să devină lipsit de aripi, când sirenele răgușite ale tehnicii și ale consumului imediat, fără iradiere, închid orizontul spiritual până la anulare.</p> <p>Un rol important în societate contemporană îi revine și religiei. Acum, când adevărul este amar, până la de nesuportat, „avem arta pentru a nu muri din cauza adevărului”, cum afirma Nietzsche. Iar Mallarme credea că lumea se va mântui printr-o literatură mai aleasă, prin cunoașterea ideii divine. În</p>						

	<p>lume, zbuciumată de conflicte religioase, cunoașterea doctrinelor și dogmaticii principalelor religii universale, constituie un factor important în făurirea unei societăți tolerante, capabile să reziste xenofobiei, naționalismului și șovinismului radical.</p> <p>Amplificarea orizontului de cultură a studenților, orientarea comportamentului cultural spre standarde mai înalte, formarea gustului și atitudinii estetice dezirabile, stimularea interesului pentru un evantai cât mai larg de valori culturale formează obiectivele cursului dat. Acest curs este necesar pentru a reda învățământului sportiv aspect umanistic, toleranța față de diferențele etnice, culturale și religioase</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p style="text-align: center;">Competențe profesionale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Abilități de cercetare individuală și responsabilitate pentru calitatea lucrului. • Capacitatea de a analiza literatura domeniului etic și moral. • Abilități de a utiliza cunoștințele din domeniul istoriei în sfera profesională. • Argumentarea impactului comportamentului moral asupra conținutului și rezultatului activității profesionale; • Înțelegerea concepțiilor morale, experiența practică a îndrumătorilor omenirii și a filozofilor moralei <p style="text-align: center;">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Aplicarea corectă și adecvată conceptelor fundamentale ale eticii profesionale; • Argumentarea deciziilor la nivelul eticii profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc. • Aplicarea codului de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; • Utilizarea bunelor maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student,
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p style="text-align: center;">La nivel de cunoaștere:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să definească și să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile, definițiile disciplinei de studiu; ▪ să cunoască principalele aspecte ale educației etice, morale și spirituale; ▪ să cunoască bazele teoretice ale educației profesionale; ▪ să definească și să reproducă izvoarele morale și eticii profesionale; ▪ să cunoască metodologia și tehnologia educației etice și politicii în sfera profesională; ▪ să explice fenomenul filosofic profesional; ▪ să cunoască etica adresării, etica salutului, etica culturii exterioare și de comportament: mersul, ținuta, comunicarea gestuală, mimica, pantomimica; ▪ să definească tipurile de conflict și căile de rezolvare a lor; <p style="text-align: center;">La nivel de înțelegere și aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să analizeze și să explice noțiunea de etichetă – știința istorică a moralității; ▪ să stabilească relații dintre educația etică profesională, morală și spirituală; ▪ să stabilească principiile de bază ale eticii profesionale; ▪ să aplice corect și adecvat conceptele fundamentale ale istoriei civilizației profesionale; ▪ să definească nivelurile de aplicare ale istoriei; ▪ să argumenteze luarea de decizii la nivelul istoriei profesionale în relațiile cu elevii, studenții, cu șefii și subordonații, cu colegii de muncă etc.

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ să elaboreze coduri de etică profesională pentru diverse întreprinderi; ▪ să aplice codul de etică profesională în colectivul de muncă în care este încadrat; ▪ să utilizeze bunele maniere pentru: crearea imaginii profesionale; integrarea profesională; comportamentul etic la locul de muncă; armonizarea relațiilor profesor -elev/student. <p style="text-align: center;">La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ să rezolve situații de problemă în variate ambianțe sociale; ▪ să stabilească criteriile de promovare a spiritului de colaborare și de echipă la viitorii specialiști în domeniu. ▪ să aplice cunoștințele, capacitățile acumulate în activitatea profesională; ▪ să elaboreze proiecte de activitate în domeniul eticii profesionale. ▪ să estimeze impactul eticii profesionale asupra activității în învățământ; ▪ să estimeze rolul unui comportament etic adecvat în activitatea profesională; ▪ să propună și să implementeze coduri etice pentru întreprinderi, instituții etc.; ▪ să organizeze seminariile și training-uri de formare cu diverse teme din domeniul comportamentului etic în activitatea profesională. 					
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Revoluția burgheză în Anglia.	3	2	1	3
	2	Revoluția franceză.	3	2	1	3
	3	Franța în perioada imperiului.	3	2	1	3
	4	Pactul european. Congresul de la Viena.	3	2	1	3
	5	Revoluția democratică din 1848 în țările Europei.	3	2	1	3
	6	Revoluția de la 1848 în principatele române.	3	2	1	3
	7	Europa între anii 1848 – 1878.	3	2	1	3
	8	I-ul război mondial.	3	2	1	3
	9	Sistemul Versailles-Washington	3	2	1	3
	10	Regimurile totalitare în sec. al XX-lea în Europa.	3	2	1	3
	11	Al II-lea război mondial.	3	2	1	3
	12	Conferințele de la Ialta și Potsdam. Proiectul lumii postbelice.	3	2	1	3
	13	Istoria politică a războiului rece.	3	2	1	3
	14	Destrămarea URSS.	3	2	1	3
	15	Cultura europeană în epoca modernă și contemporană.	3	2	1	3
	Total		90	30	15	45
Strategii de predare&	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare;</p> <p><i>Brainstorming – căutarea ideilor și soluțiilor; Cercetarea împărtășită; Citate – examinarea unei personalități, unui eveniment; Pânza discuției – organizarea și desfășurarea unor dezbateri la temele studiate; Consultații în grup; Contraversa academică; Discuția ghidată; Masa rotundă; Predarea complementară</i></p>					

învățare în cadrul cursului/modulului	<i>Scrierea liberă; Studiu de caz</i> În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.	
Strategiile de evaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. <i>Evaluarea inițială</i>/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. <i>Evaluarea curentă</i> dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. <i>Evaluarea finală</i> sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilirea notei finale (pondera exprimată în %)	Nota finală	100%
	Nota pentru evaluarea finală	40%
	Nota evaluarea curentă	20%
	Nota de la activitatea de prelegeri și seminare	20%
	Nota lucrul individual	20%
Referințe bibliografice	<ol style="list-style-type: none"> 1. G. Socolov, <i>Istoria și filosofia culturii</i>, Chișinău, 1998. 2. G. Popa, <i>Istoria culturii și a civilizațiilor</i>, Iași, 1997. 3. F. Braunstein-Silvestre, <i>Ghid de cultură generală</i>, București. 4. <i>Literatura și arta Moldovei</i>, Enciclopedie, v. I Chișinău, 1985. 5. Dan Petre, <i>Mica enciclopedie de cultură și civilizație românească</i>, București - Chișinău, 2002. 6. Ovidiu Drîmba, <i>Istoria culturii și civilizației</i>, vol. 1-10, București, 2004. 7. M. Eliade, <i>Istoria credințelor și ideilor religioase</i>, București v. I-III, 1986. 8. A. Mitru, <i>Legendele Olimpului</i>, V.I-II, București, 2001. 9. D. Golițov, <i>Arta plastică a Moldovei</i>, Chișinău, 1987. 10. C. Dragomir, <i>Coiful magic. Mituri și legende ale popoarelor lumii</i>, Chișinău 1989. 11. <i>Istoria lumii în date</i>, București, 1972. 12. I. Hîncu, <i>Vestigii strămoșești</i>, Chișinău, 1990. 13. D. Antonescu, <i>Introducere în arhitectura dacilor</i>, București, 1970. 14. <i>Cultura Moldovei în timpul lui Ștefan cel Mare</i>, București, 1964. 	

15. M. Cimpoi, *Duminica valorilor*, Chișinău, 1989.
16. N. Dabija, *Pe urmele lui Orfeu*, Eseuri, Chișinău, 1989.
17. *Cincizeci de biografii ale măiestrilor artei plastice*, Chișinău, 1984.
18. I. Dolgoplov, *Măiestri și capodopere*, Chișinău, 1988.
19. E. Faure, *Istria artei, arta renașterii*, București, 1988.
20. O. Drimba, *Pagini despre cultura europeană*, copyright, 1994.
21. E. Barașcov, *Vechi civilizații*, Chișinău, 1991.
22. M. Florian, *Cosmologia elenă*, Paidea, 1993.
23. G. Andreescu, *Iliada, Odiseea, Eneida*, București, 1994.
24. A. Ferrari, *Dicționar de mitologie greacă și romană*, Polirom 2003.
25. O. Drimba, *Literatura universală*, clasa 11-a, 12-a.
26. C. Bîrzea, *Arta și știința*, Chișinău, 2000.
27. G. Călinescu, *Istoria literaturii române*, Chișinău, 1996.
28. I. Hîncu, *Străvechi monumente din Republica Moldova*, Chișinău, 1996.
29. Berstein Serge, Milza Pierre., *Istoria Europei*, Institutul European, Iași, 1998, vol. III (p. 329- 359), vol. IV (p. 186-190; 299-336).
30. Bratu Doru, *Revoluțiile lumii moderne*, Editura Fundației Românie de Măine, 2007, p. 57- 90.
31. Bratu Doru, *Constituirea și evoluția statelor naționale (secolul al XIX-lea-1918)*, Editura Fundației Românie de Măine, 2008.
32. Geiss Imanuel, *Istoria lumii. Din preistorie până în anul 2000*, Editura All, București, 2002.
33. Duțu Alesandru, *Evoluții diplomatice și teritoriale în Europa în secolele XIX-XX*, Editura Fundației Românie de Măine, 2008.
34. Onișoru Gheorghe, *Istoria contemporană universală 1917-1945*, București, Editura Fundației Românie de Măine, 2005.
- Onișoru Gheorghe, *Istoria contemporană universală după 1945*, București, Editura Fundației Românie de Măine, 2004.
- Zorin Zamfir, *Istoria contemporană a României*, București, Editura Oscar Print, 2003.
35. *100 великих картин*, Москва, 2002.
36. *Культура, человек и картина мира*, Москва, 1987.
37. *Культура и философия*, Москва, 1983. 32. *Искусство – живопись, скульптура, архитектура, графика*, Москва, 1987.
38. *100 великих сокровищ*, Москва, 2006.
39. *100 великих скульпторов*, Москва, 2002.
40. В. Павлов, *Искусство древнего Египта*, Москва, 1962.
41. С. Артаманов, *Литература древнего мира*, Москва, 1988.

	42. Н. Дмитриева, <i>Античное искусство</i> , Москва, 1988.
--	---

	43. Н. Машкин, <i>История древнего Рима</i> , Москва, 1965
--	--



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Lupta corp la corp
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Probe Sportive Individuale
Titular de curs	Scobioală Ghenadie
Cadre didactice responsabile	Scobioală Gh., Neagu Igor
e-mail:	catedra PSI usefs.md@mail.ru

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 04O. 0 28	3	II	IV	90	60	20	30	70

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina de studii „Lupta corp la corp” (semestrul IV) este menită în a oferi continuarea procesului instructiv-educativ al studenților în domeniul eficientizării acțiunilor tehnico-tactice de contracarare și neutralizare a agresiunilor fizice cu un înalt grad de pericolozitate.

Temele disciplinei sunt planificate pentru implimentarea și abordarea lor multilaterală în ore practice având direcțiile de studiu în următoarele domenii: autoapărarea împotriva unui agresor periculos neînarmat; neutralizarea atacului agresorului prin tehnici cu proiectări la sol a agresorului; neutralizarea agresorului înarmat cu arme albe, obiecte înțepătoare și alte obiecte ce pot fi folosite de către agresor; parcurgerea traseului cu obstacole ce prevăd și riposte împotriva atacurilor comise prin surprindere; susținerea baremelor motrice, care sunt în creștere față de semestrul precedent.

Toate acestea denotă faptul, că activitatea în cadrul lecțiilor prevede o încărcare psihofizică înaltă, o implicare a studenților cu multă seriozitate. Din acest punct de vedere, se subînțelege și o modalitate mai severă în spectrul evaluărilor curente și finale.

De asemenea, materialul de studiu este suplinit cu necesarele aspecte psihologice și abilități de comportament și comunicare specifice pentru dominarea psihofizică a agresorului, fără de care aplicarea tehnicilor de lupte este foarte dificilă în situațiile cu agresiuni și violență sporită. Aceste cunoștințe, cât și cele ce prevăd legalitatea aplicării tehnicilor în situații de pericol major sunt ajustate la fiecare procedeu tehnic de luptă la momentul învățării și perfecționării practice,

dar totodată studenții au cerințe de a le studia și suplimentar, referindu-ne la orele individuale.

Obiectivele disciplinei:

- Achiziționarea cunoștințelor fundamentale privind principalele concepte ale disciplinei.
- Dezvoltarea capacităților psihomotrice și a deprinderilor specifice de intervenție în situații de contracarare a agresiunilor fizice, educarea calităților psihologice și volitive.
- Cunoștințe în sfera legalității aplicării forței fizice, a procedurilor de lupte aplicative, a mijloacelor speciale și a armei de foc în specificul profesiei.
- Formarea bazelor instruirii didactice a exercițiilor fizice speciale și a procedurilor de lupte sportiv-aplicative.
- Educarea gândirii strategice și analitice profesionale în domeniul anticipării situațiilor dificile.
- Achiziționarea cunoștințelor în autoevaluarea și autocontrolul fizico-tactic, psiho-emoțional în baza cunoștințelor și priceperilor formate.
- Aprofundarea cunoștințelor practico-metodice de specialitate pentru a le aplica în propria autoperfecționare.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe profesionale:

- Capacitatea aplicării deprinderilor și priceperilor de acțiune promptă, corectă și în timp util în situații de atacuri și agresiuni fizice asupra colaboratorilor PPS și în situații de protecție a persoanelor protejate.
- Dezvoltarea și perfecționarea contunuă a calităților motrice de bază, a tehnicilor de intervenție fizică profesională.
- Aplicarea gândirii strategice și analitice în anticiparea situațiilor periculoase.
- Utilizarea legislației în vigoare privitor la aplicarea forței fizice, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare.
- Adaptarea stărilor psihologice și a manifestărilor psihocomportamentale în funcție de situația dificilă cu pericol iminent.

Competențe transversale:

- De a stăpîni un ansamblu de cunoștințe fundamentale în domeniul pregătirii profesional-aplicative, precum: metodologia antrenamentului sportiv, căi de eficientizare a aplicării tehnicilor de lupte adaptate profilului de specialitate, menținerea condiției fizice profesionale.
- De a cunoaște metode de autoevaluare și autocontrol psihomotric, de restabilire după suprasolicitări psihofizice.
- De a deține calități atitudinale: de personalitate, ale comportamentului civic, a sentimentelor morale fundamentale (față de societate, de colectiv, de profesie și muncă).

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să definească conceptele cheie, noțiunile disciplinei de studiu, principiile de bază ale aplicării tehnicilor de lupte, metodele de bază ale antrenamentului sportiv și ale pregătirii profesional-aplicative;
- să perceapă la nivelul cognitiv și motric acțiunile de contracarare a agresiunilor fizice, de imobilizare a agresorului și importanța lor în formarea profesională a viitorului specialist PPS;
- să perceapă necesitatea aplicării legale și proporționale a tehnicilor de atac și contraofensive în raport cu nivelul agresiunii,
- să identifice modalitățile de anticipare a psihocomportamentului agresiv al agresorului;
- să perceapă eficacitatea metodelor de autocontrol fizic și psihoemoțional.

II. La nivel de aplicare

- să execute eficient acțiuni de contraofensivă și imobilizare a agresorului prin tehnici de luptă corp la corp în cazul autoapărării sau în cazul protecției persoanelor;
- să execute acțiuni tehnico-tactice de neutralizare a atacurilor prin aplicarea legală a obiectelor auxiliare, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare;
- să analizeze anticipat posibilele atacuri în dependență de poziția persoanelor din apropiere, a reliefului și a edificiului și să aplice corect tactica de acțiuni în neutralizarea și imobilizarea unuia sau mai multor agresori;
- să formeze calități psihomoarale: corectitudine, inițiativă, responsabilitate, insistență, colectivism și ajutor reciproc;

III. La nivel de integrare

- să explice și să implimenteze eficient strategiile de gestionare psihofizică a situațiilor ce conțin agresiuni fizice întâlnite în specificul profesiei;
- să dispună abilități de comunicare persuasivă și să acționeze eficient referitor la soluționarea problemelor condiționate de situații violente;
- să contribuie activ prin cunoștințele acumulate la formarea și perfecționarea măiestriei profesionale-aplicative a colectivului de muncă;
- să formeze relații interpersoanle favorabile de prietenie și colegialitate.

Precondiții

Formele principale ale instruirii sunt lecțiile practice, care constau din lecții de învățare, de perfecționare, de consolidare a materialului și lecții de evaluare și control. Însușirea tehnicilor speciale de lupte și a cunoștințelor teoretico-practice specifice se realizează preponderent prin exersarea repetată.

Metode de lucru: expunerea orală, demonstrarea, conversarea, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea. În cadrul lecțiilor sunt simulate situații de diferit gen de agresiuni ce conțin atacuri prin surprindere cu și fără arme la care studenții trebuie să facă față în cel mai serios mod. La analiza executării tehnicilor se evidențiază greșelile și se încurajază expunerea de idei în scopul soluționării acestora.

În stadiul inițial sunt aplicate metodele de învățare ca: exersarea fragmentată și globală, dar mai apoi în stadiul de perfecționare se pune accent pe problematizarea subiectului. Astfel, viitorii colaboratori ai structurilor de securitate sunt solicitați la maximum, prin creativitatea de care trebuie să dea dovadă la alegerea celor mai eficiente și potrivite soluții în funcție de momentul execuției procedeelelor.

În cadrul orelor sunt aplicate și tehnologii tehnico-științifice ca: secvențe video, spețe de specialitate, filme cu caracter informativ și altele din domeniul dat, ca fiind un bun suport suplimentar.

Studiului individual se accentuează pe activitatea de informare teoretică din literatura de specialitate și pe exersarea independentă a exercițiilor și tehnicilor ce nu cer participarea partenerului.

Echipamentul folosit în cadrul procesului instructiv-educativ: kimono pentru judo, mănuși și caschete pentru lupte, arme albe (cuțite) și arme de foc (pistoale) confecționate din cauciuc, bastoane din cauciuc sau plastic, cătușe din metal și cătușe moi din plastic.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct			Ore de lucru individual
			Curs	Seminar	Lecții practice	

			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R
1.	Neutralizarea atacului agresorului ce conține lovituri cu membrele superioare și inferioare prin contraofensive cu lovituri, blocaje și doborâri la sol.	14					10	4	4	10
2.	Imobilizarea agresorului prin aplicarea tehnicilor de aruncări și secerări din luptele sambo /judo; tactica de luptă de la distanță mică față de agresor	24					16	6	8	20
3.	Neutralizarea atacului armat cu arme albe (cuțit) și obiecte înțepătoare. Tactica luptei cu agresori înarmați.	28					20	6	8	24
4.	Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.	14					8	2	6	10
5.	Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.	10					6	2	4	6
TOTAL		90					60	20	30	70

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Neutralizarea atacului agresorului ce conține lovituri cu membrele superioare și inferioare prin contraofensive cu lovituri, blocaje și doborâri la sol.

Unități de conținut:

1. Blocaje și eschive împotriva loviturilor cu brațul, contraofensive cu doborâre la sol pentru imobilizare.
2. Blocaje și eschive împotriva loviturilor cu piciorul, contraofensive cu doborâre la sol pentru imobilizarea agresorului.
3. Contraofensive împotriva atacului mixt (lovituri braț-picior) cu doborârea agresorului la sol.
4. Tactica luptei corp la corp fără arme. Lupte (sparring) cu echipamente de protecție.

Rezultatele învățării–Deprinderi și abilități de luptă corp la corp pentru aplicare eficientă împotriva unui agresor neînarmat. Capacitatea de a intui și anticipa forma și direcția atacului. Posibilitatea neutralizării acțiunilor agresive în situații de prize sau distanță mică față de agresor.

Tema 2. Imobilizarea agresorului prin aplicarea tehnicilor de aruncări și secerări din luptele sambo /judo; tactica de luptă de la distanță mică față de agresor.

Unități de conținut:

1. Aplicarea procedurii „Aruncarea peste șold”, împotriva loviturii cu brațul spre cap, imobilizarea agresorului;
2. Aplicarea procedurii „Aruncarea peste umăr”, împotriva loviturii cu brațul spre cap, imobilizarea agresorului;
3. Aplicarea procedurii „Roata peste umeri”, împotriva loviturii cu brațul spre cap, imobilizarea agresorului;
4. Aplicarea procedurii „Marea secerare exterioară”, împotriva loviturii cu brațul spre cap, imobilizarea agresorului;
5. Aplicarea procedurii „Secerarea interioară”, împotriva loviturii cu brațul spre cap, imobilizarea agresorului.

Rezultatele învățării –Cunoștințe practice pentru aplicarea cu succes a tehnicilor de aruncări și secerări în cazul de neutralizare a loviturii agresorului prin proiectare la sol. În același timp, se oferă posibilitate de a controla în permanență acțiunile agresorului, iar rezultatul fiind imobilizarea acestuia la pământ cu trece la încătușare.

Tema 3. Neutralizarea atacului armat cu arme albe (cuțit) și obiecte înțepătoare. Tactica luptei cu agresori înarmați.

Unități de conținut:

1. Neutralizarea atacului ce debutează prin lovituri de cuțit date de jos în sus;
2. Neutralizarea atacului ce debutează prin lovituri de cuțit date de sus în jos;
3. Neutralizarea atacului ce debutează prin lovituri de cuțit date din lateral;
4. Neutralizarea atacului ce debutează prin lovituri de cuțit date prin împungere/străpungere;
5. Neutralizarea atacului cu obiecte lungi, bâte, vergea metalică etc.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode tehnico-tactice în aplicarea tehnicilor de neutralizare a atacurilor cu arme albe (cuțit, obiecte tăioase-înțepătoare, baston ș.a.). Tehnicile de neutralizare a atacurilor cu arme albe (cuțit, obiecte tăioase-înțepătoare, baston ș.a.) sunt aplicate împotriva agresiunilor foarte grave ce conțin atacuri sau amenințări cu arme, cu obiecte confecționate special pentru atacuri sau obiecte auxiliare ce pun în pericol direct viața și integritatea fizică a persoanelor protejate sau a agenților de securitate.

Împotriva acestor atacuri agentul de securitate are dreptul legal de a aplica arma de foc și mijloacele speciale din dotare, dar și alte obiecte auxiliare pentru a curma eficient atacurile ce pun în pericol viața colaboratorilor PPS, viața persoanelor protejate sau a celor din jur.

Tema 4. Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.

Unități de conținut:

Acțiunile practice ale studentului chestionat în parcurgerea unui traseu cu obstacole în sala de lupte. Obstacolele conțin atacuri fizice din partea altor studenți ce sunt repartizați pe traseu, atacuri întreprinse cu lovituri cu membrele superioare și inferioare, atacuri cu arme albe (cuțit de cauciuc, baston), exerciții fizice speciale, escaladarea obstacolelor, cățărare pe otgon ș.a.

Obiectiv: de a înțelege principiile de bază în curmarea și anihilarea diferitor forme de agresiuni fizice prin prisma acțiunilor tehnico-tactice întreprinse pe fonul suprasolicitărilor psihofizice pe traseul pistei cu obstacole.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, pe fonul stresului psihologic și a suprasolicitării fizice a organismului.

Tema 5. Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.

Unități de conținut:

Susținerea normativelor de control se efectuează în două etape:

1. Susținerea normativelor în sala de lupte la proba tracțiuni în brațe la bară fixă, la proba flotări și la proba ridicarea trunchiului din culcat dorsal;
2. Susținerea normativelor la alergări pe terenul de atletism la probele: Sprint 100 m, Alergare de suveică 10x10m și proba Cros 1000m.

Obiectiv: Verificarea capacităților psihomotrice/baremului ale studenților permite o evaluare mai calitativă a nivelului de instruire și a condiției fizice spre finele anului de studiu, care la rândul lor permit de a face o caracteristică generalizată a grupei și a fiecărui student în parte.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, acțiuni care aduc inevitabil stresul psihologic și o suprasolicitare fizică a organismului.

Evaluarea competențelor psihomotrice prin intermediul normativelor de control urmărește determinarea și aprecierea cu notă diferențiată a performanțelor profesionale obținute de un student pe perioada unui semestru. Notele obținute la probele motrice incluse în normativele de control se sumează și se împart la numărul de probe formînd nota media generală pe subiect.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. **Evaluarea inițială** se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin verificarea tehnicilor învățate și a baremelor fizice pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. **Evaluarea curentă** formativă se efectuează prin verificări curente sistematice pe parcursul programului de instruire, pe secvențe mai mici (pot fi compartimente), având drept scop cunoașterea gradului de instruire de către studenți a materiei predate pe parcursul semestrului și se finalizează cu note. Notele sunt acordate pentru nivelul de execuție tehnico-tactică a procedurilor de neutralizare a agresiunilor și de imobilizare a agresorului în condiții de exersare globală a elementelor. Prin evaluarea curentă se monitorizează procesul de formare a competențelor profesionale a viitorilor specialiști PPS. Se constată rezultatele activității de formare profesională atât prin activitățile din sala de lupte, cât și prin lucrul individual. Notele se înregistrează în registrul grupei academice și în registrul personal. Criteriile de evaluare:

Performanța motrică prin rezultatul normativului (baremului) de control. Normativele de control prezintă calitățile motrice speciale strict necesare viitorului specialist PPS.

Cantitatea și calitatea tehnicilor speciale de lupte însușite în raport cu prevederile programei de specialitate.

Capacitatea studentului de a aplica în practică tehnicile de lupte în situații ne standarde.

Nivelul cunoștințelor teoretice prevăzute pentru orele individuale.

Totodată, demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. **Evaluarea finală** sumativă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării oral și practic. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen. Rezultatele evaluării finale se exprimă în note conform scalei de notare, iar nota minimă de promovare este nota 5.

Nota finală la disciplină însumează rezultatul evaluării curente (nota medie pe semestru) și nota obținută la examen. Admiterea la examen prevede prezența la ore de 70-80%, acumularea minimum a 50% a notelor la teste practice (evaluarea curentă) și obținerea notei pe semestru. Studentul care la evaluarea curentă (nota pe semestru) are nota mai mică de „5” nu este admis la evaluarea finală (examen).

Bibliografie

1. Legea Republicii Moldova cu privire la activitatea particulară de detectiv și de pază nr. 238 din 04.07.2003 publicată în Monitorul Oficial al Republicii Moldova Nr. 200-203 art Nr. 769 din 19.09.2003. p. 15-16.

2. Legea Republicii Moldova cu privire la modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc Nr. 218 din 19.10.2012 publicată în Monitorul Oficial Nr. 254-262 art. Nr. 836 din 14.12.2012. p. 7-10.

3. Andreescu A. Tehnici de autoapărare pentru lucrătorii din sistemul național de autoapărare, Editura Lumina Lex, București. 2003.

4. Radu, N., Pregătirea psihofizică a luptătorilor antiteroriști, Referat, București 2000.

5. Albu, C., Arma psihologică - între limite și performanțe, Editura M.I.și R.A., București, 2008.
6. Bompa, T.O., Teoria și metodologia antrenamentului – periodizarea, Editura Ex Ponto, București, 2002.
7. Dragnea, A., Bota Aura, Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1999.
8. Macoveanu D. Arte marțiale – metodică de antrenament, Editura Lumina Lex, București. 2001.
9. Epuran, Mihai, Modelarea conduitei sportive, Editura Sport-Turism, București, 1995.
10. Roman, Gheorghe, Batali Cristian, Antrenamentul sportiv - teorie și metodică, Editura Napoca Star, Cluj, 2007.
11. Epuran, Mihai, Psihologia sportului de performanță. Teorie și practică, Editura Fest, București, 2001.
12. Polevaia-Secăreanu A., Scobioală Gh., Cotorcea A. Pregătirea profesional-aplicativă a specialiștilor în domeniul pazei protecției și securității prin intermediul sporturilor de lupte: Ghid metodic: pentru studenții facultății „Pază Protecție și Securitate” Chișinău, (Tipogr „Valinex SRL”) 2014. 55 p.
13. Vespan, V. Pregătirea psihologică și rolul ei în formarea și perfecționarea polițistului pentru contracararea agresiunilor fizice, Teza de doctorat, București, 2002.
14. Григорьев, И. Боевая подготовка профессиональных телохранителей: учеб. пособие. Ростов н/Д.: Феникс, 2004. с. 237-255.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Lupta corp la corp
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Probe Sportive Individuale
Titular de curs	Scobioală Ghenadie
Cadre didactice responsabile	Scobioală Gh., Cototrcea A.
e-mail:	catedra PSI usefs.md@mail.ru

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 05O. 035	3	III	V	90	60	20	30	70

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina Lupta corp la corp (semestrul V) este destinată instruirii studenților în domeniul gestionării diferitor situații extremale, care pot fi întâlnite în specificul profesiei și care într-un mod diferit sunt deosebite de alte situații dificile cu care studenții au făcut cunoștință pînă acum în procesul de studiu.

Aceste situații sunt caracteristice prin agresioni deosebit de grave, cu implicarea armelor, cu atacuri în grup asupra colaboratorilor de securitate sau asupra persoanelor aflate sub protecția acestora, atacuri efectuate prin surprindere.

Obiectivele disciplinei:

- de a perfecționa și moderniza strategiile eficiente de gestionare a situațiilor extremale care prevăd implicarea armelor, care prevăd atacuri asupra persoanelor protejate și alte forme de atacuri comise prin surprindere;
- de a dezvolta calitățile psihomotrice fundamentale și speciale pentru depășirea situațiilor extremale;
- de a aprofunda cunoștințele cu privire la domeniul ce reglementează sfera legalității aplicării mijloacelor speciale și a armei de foc în specificul profesiei;
- de a consolida cunoștințele și competențele privind autoevaluarea și autocontrolul fizico-tactic, psiho-emoțional în cazul situațiilor extremale;
- de a aprofunda cunoștințele referitoare la metodele și principiile de bază în domeniul dezvoltării fizice armonioase, în domeniul menținerii condiției fizice speciale profesionale și

a autorefacerii după efort.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe profesionale:

- Capacitatea aplicării deprinderilor și perceptorilor de acțiune promptă, corectă și în timp util în situații de atacuri și agresiuni fizice asupra colaboratorilor PPS și în situații de protecție a persoanelor protejate.
- Dezvoltarea și perfecționarea contunuă a calităților motrice de bază, a tehnicilor de intervenție fizică profesională.
- Aplicarea gândirii strategice și analitice în anticiparea situațiilor periculoase.
- Utilizarea legislației în vigoare privitor la aplicarea forței fizice, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare.
- Adaptarea stărilor psihologice și a manifestărilor psihocomportamentale în funcție de situația dificilă cu pericol iminent.

Competențe transversale:

- De a stăpîni un ansamblu de cunoștințe fundamentale în domeniul pregătirii profesional-aplicative, precum: metodologia antrenamentului sportiv, căi de eficientizare a aplicării tehnicilor de lupte adaptate profilului de specialitate, menținerea condiției fizice profesionale.
- De a cunoaște metode de autoevaluare și autocontrol psihomotric, de restabilire după suprasolicitări psihofizice.
- De a deține calități atitudinale: de personalitate, ale comportamentului civic, a sentimentelor morale fundamentale (față de societate, de colectiv, de profesie și muncă).

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să definească conceptele cheie, noțiunile disciplinei de studiu, principiile de bază ale aplicării tehnicilor de lupte, metodele de bază ale antrenamentului sportiv și ale pregătirii profesional-aplicative;
- să perceapă la nivelul cognitiv și motric acțiunile de contracarare a agresiunilor fizice, de imobilizare a agresorului și importanța lor în formarea profesională a viitorului specialist PPS;
- să perceapă necesitatea aplicării legale și proporționale a tehnicilor de atac și contraofensive în raport cu nivelul agresiunii,
- să identifice modalitățile de anticipare a psihocomportamentului agresiv al agresorului;
- să perceapă eficacitatea metodelor de autocontrol fizic și psihoemoțional.

II. La nivel de aplicare

- să execute eficient acțiuni de contraofensivă și imobilizare a agresorului prin tehnici de luptă corp la corp în cazul autoapărării sau în cazul protecției persoanelor;
- să execute acțiuni tehnico-tactice de neutralizare a atacurilor prin aplicarea legală a obiectelor auxiliare, a mijloacelor speciale și a armei de foc din dotare;
- să analizeze anticipat posibilele atacuri în dependență de poziția persoanelor din apropiere, a reliefului și a edificiului și să aplice corect tactica de acțiuni în neutralizarea și imobilizarea unuia sau mai multor agresori;
- să formeze calități psihomoarle: corectitudine, inițiativă, responsabilitate, insistență, colectivism și ajutor reciproc;

III. La nivel de integrare

- să explice și să implementeze eficient strategiile de gestionare psihofizică a situațiilor ce conțin agresiuni fizice întâlnite în specificul profesiei;
- să dispună abilități de comunicare persuasivă și să acționeze eficient referitor la soluționarea problemelor condiționate de situații violente;
- să contribuie activ prin cunoștințele acumulate la formarea și perfecționarea măiestriei profesionale-aplicative a colectivului de muncă;
- să formeze relații interpersoanle favorabile de prietenie și colegialitate.

Precondiții

Formele principale ale instruirii sunt lecțiile practice, care constau din lecții de învățare, de perfecționare, de consolidare a materialului și lecții de evaluare și control. Însușirea tehnicilor speciale de lupte și a cunoștințelor teoretico-practice specifice se realizează preponderent prin exersarea repetată.

Metode de lucru: expunerea orală, demonstrarea, conversarea, activitatea pe grupuri, descoperirea și problematizarea, studiul de caz, modelarea. În cadrul lecțiilor sunt simulate situații de diferit gen de agresiuni ce conțin atacuri prin surprindere cu și fără arme la care studenții trebuie să facă față în cel mai serios mod. La analiza executării tehnicilor se evidențiază greșelile și se încurajază expunerea de idei în scopul soluționării acestora.

În stadiul inițial sunt aplicate metodele de învățare ca: exersarea fragmentată și globală, dar mai apoi în stadiul de perfecționare se pune accent pe problematizarea subiectului. Astfel, viitorii colaboratori ai structurilor de securitate sunt solicitați la maximum, prin creativitatea de care trebuie să dea dovadă la alegerea celor mai eficiente și potrivite soluții în funcție de momentul execuției procedurilor.

În cadrul orelor sunt aplicate și tehnologii tehnico-științifice ca: secvențe video, spețe de specialitate, filme cu caracter informativ și altele din domeniul dat, ca fiind un bun suport suplimentar.

Studiului individual se accentuează pe activitatea de informare teoretică din literatura de specialitate și pe exersarea independentă a exercițiilor și tehnicilor ce nu cer participarea partenerului.

Echipamentul folosit în cadrul procesului instructiv-educativ: kimono pentru judo, mănuși și caschete pentru lupte, arme albe (cuțite) și arme de foc (pistoale) confecționate din cauciuc, bastoane din cauciuc sau plastic, cătușe din metal și cătușe moi din plastic.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Lecții practice		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Neutralizarea atacului armat cu arme (cuțit, pistol) și obiecte înțepătoare comis prin surprindere, din spate, de după obstacole. Tactica luptei cu agresori înarmați.	16					10	4	6	8
2.	Neutralizarea agresiunilor fizice caracterizate prin atacuri cu lovituri, atacuri cu cuțitul, atacuri cu arme de foc (pistol) îndreptate asupra persoanei protejate (VIP).	38					26	6	12	24

3.	Contraofensivă împotriva agresiunilor fizice comise în grup; tactica luptei cu mai mulți agresori.	14					10	6	4	24
4.	Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.	12					8	2	4	8
5.	Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.	10					6	2	4	6
TOTAL		90					60	20	30	70

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Neutralizarea atacului armat cu arme (cuțit, pistol) și obiecte înțepătoare comise prin surprindere, din spate, de după obstacole. Tactica luptei cu agresori înarmați.

Unități de conținut:

1. Neutralizarea atacului din spate ce debutează prin lovituri date cu cuțitul.
2. Neutralizarea atacului din spate ce debutează prin lovituri date cu bastonul.
3. Neutralizarea atacului/amenințării cu pistolul.
4. Acțiuni tehnico-tactice de riposte cu aplicarea obiectelor din jur, auxiliare etc.

Rezultatele învățării – Înțelegerea principalelor abordări și metode în aplicarea tehnicilor de neutralizare a atacurilor înarmate din spate întreprinse prin surprindere pentru a le aplica cu succes și în limitele legii împotriva acțiunilor periculoase ale atacatorilor, finalități ce permit agentului de securitate evitarea eșecurilor în acțiune, eșecuri ce pot aduce la vătămări grave sau letale atât în plan personal a agentului de securitate, cât și a agresorului.

În cadrul acestor ore practice studenții sunt familiarizați cu multe tehnici și diverse metode tactice de contracarare a atacurilor înarmate din spate întreprinse prin surprindere, care diferă substanțial de situații agresive ce conțin aplicarea armelor sau a altor obiecte din poziție din față.

Tema 2. Neutralizarea agresiunilor fizice caracterizate prin atacuri cu lovituri, atacuri cu cuțitul, atacuri cu arme de foc (pistol) îndreptate asupra persoanei protejate (VIP).

Unități de conținut:

1. Acțiunile agentului gardă de corp (riposte) în cazul atacului cu lovituri;
2. Acțiunile agentului gardă de corp (riposte cu arme) în cazul atacului cu obiecte (bâte);
3. Acțiunile agentului gardă de corp (riposte cu arme) în cazul atacului cu arme de foc.

Rezultatele învățării – Înțelegerea principalelor abordări și metode în aplicarea acțiunilor de protecție fizică a persoanelor protejate în cazul unui atac cu lovituri, fără a face uz de arme și alte mijloace speciale din dotare, pentru a le aplica cu succes și în limitele legii împotriva agresorilor. Aceste abordări asimilate metodic vor permite viitorilor agenți gardă de corp evitarea eșecurilor în acțiune;

- Cunoașterea acțiunilor tehnico-tactice ale agentului gardă de corp în cazul atacului cu arme de foc, în respingerea atacului prin aplicarea armei și concomitent evacuarea de urgență a persoanei protejate din zona periculoasă;

- Cunoașterea posibilităților legale și proporționale agresiunii în specificul protecției VIP-lui.

Tema 3. Contraofensivă împotriva agresiunilor fizice comise în grup; tactica luptei cu mai mulți agresori.

Unități de conținut:

1. Neutralizarea agresiunilor fizice ce sunt comise de către doi agresori.
2. Neutralizarea agresiunilor fizice ce sunt comise de către mai mulți agresori; componența

acțiunilor legale întrprinse împotriva acestora.

3. Tactica luptei cu mai mulți agresori; anticiparea atacului;

Scopul principal este de a favoriza studenților înțelegerea principiilor de bază ale tacticii de luptă cu mai mulți agresori, de a elucida diversitatea tacticii contra agresiunilor fizice în raport cu relieful, mediul ambiant și edificiul, fapt ce va duce nemijlocit la obținerea de rezultate mai bune profesionale.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode de aplicare a tacticii de lupte corp la corp în contracararea agresiunilor fizice în grup, de alcătuire a tacticii în raport cu relieful, mediul ambiant, edificiul sau încăperea, fapt ce va permite agentului de securitate de a prevedea unele favoruri tactice în eventualele situații agresive când agresorii îl depășesc numeric.

Tema 4. Verificarea capacităților de reacție promptă și a condiției fizice prin trecerea pistei cu obstacole în sala de lupte.

Unități de conținut:

Acțiunile practice ale studentului chestionat în parcurgerea unui traseu cu obstacole în sala de lupte. Obstacolele conțin atacuri fizice din partea altor studenți ce sunt repartizați pe traseu, atacuri întreprinse cu lovituri cu membrele superioare și inferioare, atacuri cu arme albe (cuțit de cauciuc, baston), exerciții fizice speciale, escaladarea obstacolelor, cățărare pe otgon ș.a.

Obiectiv: de a înțelege principiile de bază în curmarea și anihilarea diferitor forme de agresiuni fizice prin prisma acțiunilor tehnico-tactice întreprinse pe fonul suprasolicitărilor psihofizice pe traseul pistei cu obstacole.

Rezultatele învățării:

- Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, pe fonul stresului psihologic și a suprasolicitării fizice a organismului.
- Conștientizarea importanței deprinderilor practice speciale, aplicate de către student în procesul parcurgerii acestui traseu cu obstacole, vor contribui la formarea și dezvoltarea operativă, calitativă și temeinică a competențelor psihomotrice profesionale ale viitorului specialist în domeniul securității.
- Înțelegerea fiziologică a efectelor suprasolicitărilor fizice asupra organismului care afectează și psihicul uman, efecte care necesită de a fi controlate de către viitorii specialiști ai structurilor de securitate în situațiile de agresiuni fizice.
- Cunoașterea mecanismelor de refacere rapidă și de autocontrol psihofizic în urma unor supraeforturi fizice, în urma unor acțiuni de lupte corp la corp efectuate pe fonul de supraoboseală și sub efectul factorilor perturbatori (luminozitate redusă, zgomot puternic, împușcături, fum ș.a.).
- Cunoașterea posibilităților legale și proporționale agresiunii în neutralizarea diferitor forme de atacuri fizice întreprinse în lanț, în scopul minimalizării posibilelor prejudicii fizice cauzate agresorului.
- Cunoașterea modalităților de autoevaluare și autocontrol psihofizic, de menținere corespunzătoare a condiției fizice și de autoperfecționare în mod individual.

Tema 5. Evaluarea normativelor psihomotrice (baremelor) și a capacităților de refacere și autocontrol.

Unități de conținut:

Susținerea normativelor de control se efectuează în două etape:

1. Susținerea normativelor în sala de lupte la proba tracțiuni în brațe la bară fixă, la proba flotări și la proba ridicarea trunchiului din culcat dorsal;
2. Susținerea normativelor la alergări pe terenul de atletism la probele: Sprint 100 m, Alergare de suveică 10x10m și proba Cros 1000m.

Obiectiv: Verificarea capacităților psihomotrice/baremului ale studenților permite o evaluare mai calitativă a nivelului de instruire și a condiției fizice spre finele anului de studiu,

care la rîndul lor permit de a face o caracteristică generalizată a grupei și a fiecărui student în parte.

Rezultatele învățării: Înțelegerea principalelor abordări și metode în acțiunile agentului de securitate în situațiile de autoapărare și protecție fizică a persoanelor, acțiuni care aduc inevitabil stresul psihologic și o suprasolicitare fizică a organismului.

Evaluarea competențelor psihomotrice prin intermediul normativelor de control urmărește determinarea și aprecierea cu notă diferențiată a performanțelor profesionale obținute de un student pe perioada unui semestru. Notele obținute la probele motrice incluse în normativele de control se sumează și se împart la numărul de probe formînd nota media generală pe subiect.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. **Evaluarea inițială** se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin verificarea tehnicilor învățate și a baremelor fizice pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. **Evaluarea curentă** formativă se efectuează prin verificări curente sistematice pe parcursul programului de instruire, pe secvențe mai mici (pot fi compartimente), avînd drept scop cunoașterea gradului de instruire de către studenți a materiei predate pe parcursul semestrului și se finalizează cu note. Notele sunt acordate pentru nivelul de execuție tehnico-tactică a procedurilor de neutralizare a agresiunilor și de imobilizare a agresorului în condiții de exersare globală a elementelor. Prin evaluarea curentă se monitorizează procesul de formare a competențelor profesionale a viitorilor specialiști PPS. Se constată rezultatele activității de formare profesională atît prin activitățile din sala de lupte, cît și prin lucrul individual. Notele se înregistrează în registrul grupei academice și în registrul personal. Criteriile de evaluare:

Performanța motrică prin rezultatul normativului (baremului) de control. Normativele de control prezintă calitățile motrice speciale strict necesare viitorului specialist PPS.

Cantitatea și calitatea tehnicilor speciale de lupte însușite în raport cu prevederile programei de specialitate.

Capacitatea studentului de a aplica în practică tehnicile de lupte în situații ne standarde.

Nivelul cunoștințelor teoretice prevăzute pentru orele individuale.

Totodată, demersul vizează atît cunoașterea progreselor studentului, cît și identificarea dificultăților de învățare pe care le întîmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. **Evaluarea finală** sumativă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării oral și practic. Testele de examinare conțin trei subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen. Rezultatele evaluării finale se exprimă în note conform scalei de notare, iar nota minimă de promovare este nota 5.

Nota finală la disciplină însumează rezultatul evaluării curente (nota medie pe semestru) și nota obținută la examen. Admiterea la examen prevede prezența la ore de 70-80%, acumularea minimum a 50% a notelor la teste practice (evaluarea curentă) și obținerea notei pe semestru. Studentul care la evaluarea curentă (nota pe semestru) are nota mai mică de „5” nu este admis la evaluarea finală (examen).

Bibliografie

1. Legea Republicii Moldova cu privire la activitatea particulară de detectiv și de pază nr. 238 din 04.07.2003 publicată în Monitorul Oficial al Republicii Moldova Nr. 200-203 art Nr. 769 din 19.09.2003. p. 15-16.

2. Legea Republicii Moldova cu privire la modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor

- speciale și a armelor de foc Nr. 218 din 19.10.2012 publicată în Monitorul Oficial Nr. 254-262 art. Nr. 836 din 14.12.2012. p. 7-10.
3. Andreescu A. Tehnici de autoapărare pentru lucrătorii din sistemul național de autoapărare, Editura Lumina Lex, București. 2003.
 4. Radu, N., Pregătirea psihofizică a luptătorilor antiteroriști, Referat, București 2000.
 5. Albu, C., Arma psihologică - între limite și performanțe, Editura M.I.și R.A., București, 2008.
 6. Bompă, T.O., Teoria și metodologia antrenamentului – periodizarea, Editura Ex Ponto, București, 2002.
 7. Dragnea, A., Bota Aura, Teoria activităților motrice, Editura Didactică și Pedagogică, București, 1999.
 8. Macoveanu D. Arte marțiale – metodică de antrenament, Editura Lumina Lex, București. 2001.
 9. Epuran, Mihai, Modelarea conduitei sportive, Editura Sport-Turism, București, 1995.
 10. Roman, Gheorghe, Batali Cristian, Antrenamentul sportiv - teorie și metodică, Editura Napoca Star, Cluj, 2007.
 11. Epuran, Mihai, Psihologia sportului de performanță. Teorie și practică, Editura Fest, București, 2001.
 12. Polevaia-Secăreanu A., Scobioală Gh., Cotorcea A. Pregătirea profesional-aplicativă a specialiștilor în domeniul pazei protecției și securității prin intermediul sporturilor de lupte: Ghid metodic: pentru studenții facultății „Pază Protecție și Securitate” Chișinău, (Tipogr „Valinex SRL”) 2014. 55 p.
 13. Vespan, V. Pregătirea psihologică și rolul ei în formarea și perfecționarea polițistului pentru contracararea agresiunilor fizice, Teza de doctorat, București, 2002.
 14. Григорьев, И. Боевая подготовка профессиональных телохранителей: учеб. пособие. Ростов н/Д.: Феникс, 2004. с. 237-255.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Drept procesual penal
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Elena BUGUȚA, dr. conf.univ.,
Cadre didactice responsabile	Elena BUGUȚA, dr. conf.univ.,
e-mail:	ellenabuguta@gmail.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
F 04 O 019	4	2	2	60	60	20	60	100

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Cursul de drept procesual penal oferă argumente persuasive pentru motivarea studierii disciplinei fundamentale „*Drept procesual penal*”, în cadrul căreia se analizează toate instituțiile acestei discipline, necesare pentru obținerea rezultatelor scontate prin evaluarea cunoștințelor și a deprinderilor, constituind astfel o perspectivă asupra sistematizării acestei materii.

Acest curs oferă argumente persuasive pentru motivarea studierii disciplinelor juridice, analizează criteriile necesare pentru opțiunile didactice ale profesorului cu privire la strategiile folosite în transmiterea și evaluarea cunoștințelor și a deprinderilor, constituind astfel o perspectivă metodică asupra structurii informaționale specifice.

Din această perspectivă, studiul disciplinei este orientat spre: familiarizarea studenților cu importanța și valorile promovate de știința dreptului procesual penal; cultivarea spiritului de respect față de legea procesual-penală; familiarizarea cu modificările și completările din legislația procesual-penală în vigoare; valorificarea deplină a potențialului intelectual al studentului; prezentarea practicii judiciare relevante; formarea abilităților practice ale viitorilor specialiști și lărgirea orizontului intelectual al acestora.

Etapă actuală de dezvoltare a omenirii, prin prisma democratizării societății și ridicării gradului de tehnologizare a proceselor de producție și nu numai, înaintea cerințelor noi față de pregătirea profesională a specialiștilor în diverse domenii social-economice.

Astfel, specialiștii în protecție, pază și securitate în condițiile actuale nu se mai pot manifesta efectiv doar prin prisma unei bune pregătiri fizice, ci mai au nevoie și de un șir de alte

competențe. Prin urmare, specialistul din domeniu protecției pazei și securității prin natura activității profesionale este nevoit permanent să gestioneze și soluționeze diverse litigii. Iar, gestionarea și soluționare profesionistă a litigiilor într-o societate democratică, într-un stat de drept necesită competențe juridice.

Atît, în Republica Moldova, cît și peste hotare, actualmete programele de pregătire a specialiștilor în protecție, pază și securitate includ un bloc de disciplini juridice chemate să completeze cu competențe juridice pregătirea profesională.

Iar, disciplina drept procesual penal, de rînd cu ale disciplini juridice, vine să-l facă pe specialistul în protecție, pază și securitate să înțeleagă mai bine structura statului și în special activitate autorităților administrației publice, modul cum se implementează și cum funcționează legea, locul și rolul social a fenomenului securității, dar și a agentului de securitate, maniera de lucru a acestuia.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Pentru a răspunde adecvat comandamentelor reformei învățămîntului, profesorul trebuie să dispună de competențe proprii gândirii pedagogice moderne, active și creatoare, de capacități intelectuale și abilități didactice pertinente exercitării profesiei de cadru didactic.

Curriculum-ul disciplinei în cauză se axează pe trei niveluri comportamentale, cu un grad divers de complexitate: *cunoaștere, aplicare, integrare*.

Nivelul *cunoaștere* presupune acumularea cunoștințelor teoretice, formarea bazei conceptuale în domeniul dreptului procesual penal.

Aplicarea presupune formarea abilităților tipice disciplinei drept procesual penal, dezvoltarea capacităților de a transpune în plan practic cunoștințele teoretice.

Integrarea își propune ca scop formarea capacităților de transfer al cunoștințelor teoretice și al abilităților practice în situații atipice, soluționarea spețelor, rezolvarea unor sarcini cu un grad sporit de complexitate, formularea poziției și argumentarea soluțiilor.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să acumuleze cunoștințe teoretice privind normele și instituțiile dreptului procesual penal;
- să indice obiectivele dreptului procesual penal;
- să descrie dispozițiile legii procesual penale în vigoare;
- să posede cunoștințe teoretice referitoare la normele și instituțiile dreptului procesual penal;
- să acumuleze cunoștințe teoretice privind normele și instituțiile dreptului procesual penal;
- să determine obiectul de reglementare al dreptului procesual penal;
- să descrie sistemul de faze ale procesului penal;
- părțile și alte persoane participante la procesul penal;
- sistemul instanțelor judecătorești și să descrie competența acestora;
- organele de urmărire penală și să descrie competența acestora;
- să relateze despre condițiile judecării cauzelor penale în instanțele judecătorești;
- să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale ale dreptului procesual penal: act procedural, parte în proces, organ de urmărire penală, cale ordinară de atac, cale extraordinară de atac, delict flagrant, expert, hotărîre judecătorească, partea acuzării, partea apărării, instanță de apel, instanță de recurs etc.
- mecanismul realizării căilor ordinare și extraordinare de atac;
- să descrie examinarea cauzelor penale în proceduri speciale;
- să descrie mecanismul realizării asistenței juridice internaționale în materie penală;
- să definească conceptele fundamentale ale dreptului procesual penal (probă, mijloace de probă, măsură preventivă, controlul judiciar al procedurii prejudiciare ș.a);
- să interpreteze normele juridice procesual-penale ce reglementează procesul penal;

- să stabilească rolul procesului penal în cadrul realizării politicii penale a statului în vederea combaterii eficiente a fenomenului infracțional;
- să determine corelația dintre doctrina procesual penală și practica judiciară;

II. La nivel de aplicare studentul va performa:

- să identifice particularitățile aplicării legii procesual penale în timp, spațiu și asupra persoanelor;
- să argumenteze esența unor fenomene sau instituții de drept procesual penal;
- să evidențieze și să clasifice, după anumite criterii, diferite noțiuni și instituții ale dreptului procesual penal;
- să stabilească rolul părții acuzării în procesul penal;
- să stabilească rolul părții apărării în procesul penal;
- să stabilească rolul probelor și a mijloacelor de probe în procesul investigării unei cauze penale;
- să identifice situațiile când datele sunt neadmise ca probe în procesul penal;
- să explice noțiunile și principiile fundamentale ale dreptului procesual penal;
- să aplice noile instituții ale dreptului procesual penal în contextul apariției și dezvoltării lor istorice și în concordanță cu reformele judiciare;
- să clasifice categoriile de drept procesual penal în dependență de criteriile legale și doctrinare;
- să aplice cunoștințele teoretice față de situațiile din practica judiciară;
- să aplice metode eficiente la instruirea juridică a comunității;
- să manipuleze adecvat cu actele procedurale penale în vederea completării lor corecte;

III. La nivel de integrare studentul va manifesta:

- aptitudini în stabilirea locului dreptului procesual penal în cadrul sistemului de drept;
- posibilitatea propunerii de soluții funcționale pentru eficientizarea aplicării normelor și instituțiilor dreptului procesual penal;
- capacitatea în stabilirea tendințelor legislației în ceea ce privește reglementarea statutului juridic al părților și al altor participanți ai procesului penal;
- posibilitatea identificării problemelor existente în ceea ce privește procedura efectuării urmăririi penale în raport cu anumite cauze;
- posibilitatea identificării problemelor existente în ceea ce privește procedura judecării anumitor cauze penale;
- să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației în domeniul dreptului procesual penal;
- să evalueze starea și nivelul organizatoric al organelor de urmărire penală și al instanțelor judiciare;
- posibilitatea evaluării teoretice a spețelor din practica judiciară conținând soluții controversate;
- aptitudini în determinarea perspectivelor dezvoltării dreptului procesual penal ca instrument de realizare a politicii penale;
- aptitudini în formularea propunerilor de compatibilizare a prevederilor normelor procesual penale autohtone cu prevederile legislației europene și prevederile convențiilor internaționale ratificate de Republica Moldova;

Precondiții

Dreptul procesual penal reglementează procesul penal. Profunde transformări social-economice pe care societatea le-a cunoscut în evoluția sa au marcat, cum era și firesc, în mod direct și evoluția dreptului procesual penal. Din această perspectivă, obiectivul prioritar al formării profesionale a viitorilor specialiști în domeniul pazei, protecției și securității, trebuie să devină aprofundarea cunoștințelor teoretice și practice privind instituțiile dreptului procesual penal și aplicarea corectă a acestora. Formarea profesională trebuie să țină seama de dinamica

procesului legislativ și constă, în principal, în cunoașterea și aprofundarea legislației interne, a documentelor europene și internaționale la care Republica Moldova este parte.

Dreptul procesual penal constituie o ramură independentă și autonomă a sistemului de drept național. În cuprinsul legii, în jurisprudență și în literatura de specialitate, adeseori, alături de termenul *drept procesual-penal*, cu titlu de sinonim este utilizat și termenul “*procedura penală*”.

Partea generală a dreptului procesual penal studiază principiile procesului penal, subiecții procesului penal, instanțele judecătorești și competența lor, probele și mijloacele de probă, măsurile procesuale de constrângere, măsurile de păstrare a confidențialității, măsurile de protecție și alte măsuri procedurale penale, chestiunile patrimoniale în procesul penal.

Partea specială a dreptului procesual penal studiază urmărirea penală, controlul judiciar al procedurii prejudiciare, judecarea în primă instanță, căile ordinare și extraordinare de atac, procedurile speciale în procesul penal.

Problematica cursului este alcătuită pe baza legislației în vigoare, a literaturii juridice autohtone, cât și a celei străine, precum și a practicii judiciare.

Scopul cursului dat consistă în: transmiterea studenților cunoștințe privind cunoașterea instituțiilor procesului penal, cunoașterea conținutului Codului de procedură penală al Republicii Moldova, a altor acte normative la compartimentul dat și formarea deprinderilor practice de a aplica corect actele normative în diverse situații concrete, de a găsi soluțiile juste în limitele prevederilor legii.

Remarcabil este și faptul că disciplina își propune ca scop nu numai analiza propriu-zisă a legii procesual-penale, dar și, fapt deosebit de important, a jurisprudenței Curții Europene a Drepturilor Omului, ceea ce contribuie la formarea de specialiști cu o largă viziune europeană asupra problemelor legalității respectării drepturilor omului în activitatea jurisdicțională.

Dreptul procesual-penal are legături cu alte discipline juridice datorită problematicii generale abordate (teoria generală a dreptului) sau cercetării unor instituții și norme juridice comune (dreptul constituțional, dreptul penal, dreptul contravențional, dreptul procesual-civil etc).

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	i	F/R		
1.	Noțiuni generale privind procesul penal și dreptul procesual penal		1	1	1	-	-	-	4	6
2.	Principiile procesului penal. Noțiunea și sistemul principiilor		1	-	1	-	-	-	4	6
3.	Subiecții procesului penal		6	2	6	1	-	-	8	10
4.	Probele și mijloacele de probă		4	1	4	1	-	-	8	10
5.	Măsurile procesuale de constrângere		4	2	4	1	-	-	6	10
6.	Chestiuni patrimoniale în procesul penal		1	-	1	1	-	-	4	6
7.	Urmărirea penală		4	2	4	1	-	-	6	10
8.	Judecata în primă instanță		2	1	2	1	-	-	4	10
9.	Căile ordinare de atac		2	1	2	1	-	-	4	6
10.	Căile extraordinare de atac		2	1	2	1	-	-	4	8
11.	Proceduri speciale		2	1	2	-	-	-	4	8

12.	Asistența juridică internațională în materie penală		1	-	1	-	-	-	4	10
TOTAL			30	12	30	8			60	100

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Noțiuni generale privind procesul penal și dreptul procesual penal

1. Noțiunea și scopul procesului penal
2. Funcții procesuale și garanții procesuale
3. Fazele procesului penal
4. Dreptul procesual penal ca ramură de drept
5. Faptele juridice procesual-penale
6. Legătura dreptului procesual penal cu alte ramuri de drept
7. Legătura științei dreptului procesual penal cu alte științe juridice;
8. Noțiunea de izvor al dreptului procesual penal;
9. Interpretarea normelor juridice procesual penale;
10. Acțiunea legii procesuale penate în timp, în spațiu și asupra persoanelor;

Tema 2. Principiile procesului penal

1. Noțiunea și sistemul principiilor procesului penal;
2. Caracteristica principiilor generale ale procesului penal;
3. Caracteristica principiilor speciale ale procesului penal;

Tema 3. Subiecții procesului penal

1. Noțiunea de subiecți ai procesului penal;
2. Instanțele judecătorești și competența lor;
3. Partea acuzării;
4. Partea apărării;
5. Reprezentanții și succesorii în procesul penal;
6. Alte persoane participante la procesul penal;

Tema 4. Probele și mijloacele de probă în procesul penal

1. Noțiunea și importanța probelor în procesul penal;
2. Clasificarea probelor în procesul penal;
3. Datele neadmise ca probă în procesul penal;
4. Admisibilitatea și relevanța probelor;
5. Obiectul probațiunii și limitele probațiunii;
6. Probatoriul și administrarea probelor;
7. Aprecierea probelor;
8. Mijloacele de probă;
9. Mijloace materiale de probă;
10. Procedeele probatorii;

Tema 5: Măsurile procesuale de constrângere

1. Noțiunea și scopul măsurilor procesuale de constrângere;
2. Sistemul măsurilor procesuale de constrângere;
3. Reținerea în procesul penal;
4. Măsurile preventive;

5. Alte măsuri procesuale de constrângere;

Tema 6: Chestiuni patrimoniale în procesul penal

1. Noțiunea și scopul acțiunii civile în procesul penal;
2. Elementele și condițiile acțiunii civile în procesul penal;
3. Examinarea acțiunii civile în procesul penal;
4. Cheltuielile judiciare;

Tema 7. Urmărirea penală

1. Noțiuni generale privind urmărirea penală;
2. Competența organelor de urmărire penală;
3. Sesizarea organului de urmărire penală;
4. Pornirea urmăririi penale;
5. Desfășurarea urmăririi penale;
6. Terminarea urmăririi penale și trimiterea cauzei în judecată;

Tema 8: Judecata în primă instanță

1. Noțiuni generale privind judecata ca fază a procesului penal;
2. Punerea pe rol a cauzei penale;
3. Partea pregătitoare a ședinței de judecată;
4. Cercetarea judecătorească;
5. Dezbaterile judiciare și ultimul cuvânt al inculpatului;
6. Deliberarea și adoptarea sentinței;

Tema 9: Căile ordinare de atac

1. Apelul – condiții de fond și de formă;
2. Judecarea apelului și soluțiile pronunțate;
3. Recursul împotriva hotărârilor instanțelor de apel – condiții de fond și de formă;
4. Judecarea recursului împotriva hotărârilor instanțelor de apel și soluțiile pronunțate;
5. Recursul împotriva hotărârilor judecătorești pentru care nu este prevăzută calea de atac apelul – condiții de fond și de formă;
6. Judecarea recursului împotriva hotărârilor judecătorești pentru care nu este prevăzută calea de atac apelul și soluțiile pronunțate;

Tema 10: Căile extraordinare de atac

1. Recursul în anulare. Cazurile în care se poate face recurs în anulare;
2. Judecarea recursului în anulare și soluțiile pronunțate;
3. Revizuirea procesului penal. Cazurile de revizuire;
4. Judecarea revizuirii procesului penal;

Tema 11: Proceduri speciale

1. Procedura în cauzele privind minorii;
2. Procedura aplicării măsurilor de constrângere cu caracter medical;
3. Procedura de restabilire a documentelor judiciare dispărute;
4. Procedura privind acordul de recunoaștere a vinovăției;

5. Procedura de suspendare condiționată a urmăririi penale și de liberare de răspundere penală;
6. Procedura de urmărire și judecare a unor infracțiuni flagrante;
7. Procedura privind urmărirea penală și judecarea cauzelor privind infracțiunile săvârșite de persoane juridice;
8. Procedura de reparare a prejudiciului cauzat prin acțiunile ilicite ale organelor de urmărire penală și ale instanțelor judecătorești;

Tema 12: Asistența juridică internațională în materie penală

1. Noțiuni generale privind asistența juridică internațională în materie penală;
2. Comisia rogatorie
3. Extrădarea;
4. Transferul persoanelor condamnate;
5. Recunoașterea hotărârilor penale ale instanțelor străine;

Strategii de evaluare

Evaluarea ca componentă a procesului didactic de predare-învățare, ce permite măsurarea gradului de asimilare a materiei, contribuie la consolidarea cunoștințelor și stimularea studentului, va avea un caracter permanent-prezent.

Evaluarea va include așa componente ca:

1. Evaluarea în procesul realizării seminarelor.
2. Evaluarea prin lucrări de control, testări care se va realiza de cel puțin două ori pe semestru conform orarului stabilit de decanat.
3. Evaluarea lucrului individual și a proiectelor de an.
4. Evaluare finală, sumativă (examenul) (anexa nr. 4). Care se realizează la sfârșitul semestrului conform orarului stabilit de decanat.

Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea / prezentarea lucrului individual (referate, analiza studiilor de caz, rezolvarea de spețe), aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează 2 lucrări de control (testări).

Evaluarea sumativă se va realiza luându-se în considerație evaluările curente (pondera de 0,6) și evaluarea finală (0,4) care se va materializa într-un examen scris incluzând subiecte componente ale cursului.

Bibliografie

Acte normative:

a) Acte internaționale și regionale

1. Declarația Universală a Drepturilor Omului, adoptată de Adunarea Generală a O.N.U. la 10 decembrie 1948.
2. Declarația principiilor generale ale justiției pentru victimele infracțiunilor și abuzurilor de putere (1985).
3. Convenția pentru apărarea drepturilor omului și a libertăților fundamentale (04.11.1950).
4. Convenția împotriva torturilor și a altor forme de comportament și pedepse antiumane, crude sau care înjosec demnitatea omului (1984).
5. Convenția ONU cu privire la drepturile copilului (1989).
6. Convenția Europeană despre valabilitatea internațională a sentințelor pe cauzele penale (1970).
7. Convenția europeană despre colaborarea reciprocă privind asistența juridică internațională în materie penală și protocolul ei (1959).
8. Convenția țărilor CSI privind asistența juridică și raporturile de drept în procesele civile,

- familiale și penale (22.01.1993).
9. Pactul internațional cu privire la drepturile civile și politice din 16.12.1966.
 10. Tratatul între Republica Moldova și Federația Rusă cu privire la asistența juridică și raporturile juridice în materie civilă, familială și penală (25.02.1993).
 11. Tratatul între Republica Moldova și Ucraina cu privire la asistența juridică și relațiile juridice în materie civilă și penală (13.12.1993).
 12. Regulile standardelor minimale al ONU privitor la efectuarea justiției în privința infractorilor minori (1985).
 13. Regulile de probațiune ale Consiliului Europei;
 14. Normele ONU pentru protecția minorilor privați de libertate, adoptate prin Rezoluția nr. 45/113 din 14.12.1990;
 15. Regulile minimale ale Națiunilor Unite pentru elaborarea măsurilor neprivative de libertate (Regulile de la Tokio), adoptate la 14.12.1990;
 16. Principiile Națiunilor Unite pentru prevenirea delincvenței juvenile (Principiile de la Riyadh), adoptate prin Rezoluția nr. 45/112 din 14.12.1998;
 17. Recomandarea nr. R. 19 (99) a Comitetului de Miniștri către Statele Membre cu privire la mediere în cazuri penale, adoptată la 15.09.1999;
 18. Recomandarea REC (2003) 20 a Comitetului de Miniștri a Statelor Membre cu privire la noile modalități de tratate a delincvenței juvenile și rolul justiției juvenile, adoptată la 24.09.2003;

b) Acte normative naționale

1. Constituția Republicii Moldova, (adoptată la 29 iulie 1994 și în vigoare de la 27 august 1994).
2. Codul de procedură penală al Republicii Moldova Nr. 122-XV din 14. 03. 2003, Monitorul oficial al R.M. nr. 104- 110/ 447 din 07. 06. 2003;
3. Codul penal al Republicii Moldova (adoptat la 18.04.2002) // Monitorul Oficial al Republicii Moldova. –2002. –Nr.128-129;
4. Codul de executare al Republicii Moldova nr. 443 – XV din 24 decembrie 2004 (Mon. Of. al RM din 3 martie 2005, nr. 34-35, art. 112).
5. Legea Republicii Moldova cu privire la procuratură nr. 294/2008;
6. Legea Republicii Moldova cu privire la avocatură nr. 1260- XV din 19 iulie 2002;
7. Legea Republicii Moldova privind modul de reparație a prejudiciului cauzat prin acțiunile ilicite ale organelor de urmărire penală, ale procuraturii, și ale instanțelor judecătorești Nr. 1545-XIII din 25.02. 1998, modificată prin Legea Nr. 206- XV din 29. 05. 2003;
9. Legea Republicii Moldova cu privire la reorganizarea sistemului instanțelor judecătorești, nr. 853- XIII din 29.05. 1996.
10. Legea Republicii Moldova privind activitatea operativă de investigații Nr. 45- XIII din 12.04. 1994;
11. Legea Republicii Moldova privind Serviciul de Informații și Securitate al R. Moldova nr. 753- XIV din 23. 12. 1999;
12. Legea Republicii Moldova cu privire la protecția martorilor și altor participanți la procesul penal Nr. 105 din 16.05.2008, Publicat : 27.06.2008 în Monitorul Oficial Nr. 112-114 art Nr : 434 Data intrării in vigoare : 27.09.2008.
13. Legea Republicii Moldova cu privire la Consiliul Superior al Magistraturii, nr. 947-XIII din 19.07.1996;
14. Legea Republicii Moldova cu privire la colegiul disciplinar și răspunderea disciplinară a judecătorilor, nr. 950-XIII din 19.07.1996;
15. Legea Republicii Moldova cu privire la colegiul de calificare și atestarea judecătorilor, nr. 949-XIII din 19.07.1996;
16. Legea Republicii Moldova cu privire la probațiune, nr. 08 din 14.02.2008;
17. Legea Republicii Moldova cu privire la mediere, nr. 134 din 12.06.2007;
18. Legea Republicii Moldova cu privire la adaptarea socială a persoanelor liberate din locurile

- de detenție, nr. 297 din 24.09.1999;
19. Hotărîrea Guvernului nr. 1643 din 31.12.2003 cu privire la aprobarea Regulamentului privind modul de executare a pedepsei penale sub formă de muncă neremunerată în folosul comunității;
 20. Hotărîrea Guvernului nr. 583 din 26.05.2006 cu privire la aprobarea executării pedepsei de către condamnați;
 21. Hotărîrea Guvernului nr. 1177 din 31.10.2007 cu privire la instituirea Comisiei pentru protecția drepturilor copilului aflat în dificultate și aprobarea Regulamentului- cadru de activitate a acesteia;
 22. Hotărîrea Consiliului de mediere Nr.1 din 16.06.2008;

Practică judiciară

1. Hotărîrea Plenului CSJ a RM din 19 iunie 2000, nr. 17 privind aplicarea în practica judiciară de către instanțele judecătorești a unor prevederi ale Convenției pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale;
2. Hotărîrea Plenului CSJ din 09 noiembrie 1998, Nr. 30 cu privire la practica aplicării legilor pentru asigurarea dreptului la apărare în procedura penală a bănuțului, învinuțului și inculpatului;
3. Hotărîrea Plenului CSJ din 12 noiembrie 1997, Nr. 137 cu privire la practica aplicării de către instanțele judecătorești a legislației în cadrul examinării cauzelor privind infracțiunile săvârșite de minori;
4. Hotărîrea Plenului CSJ nr. 39 din 22.11.2004 cu privire la practica judiciară în cauzele penale privind minorii;
5. Hotărîrea Plenului CSJ nr. 16 din 31.05.2004 cu privire la aplicarea în practica judiciară a principiului individualizării pedepsei;
6. Hotărîrea Plenului CSJ nr.01 din 15.04.2013 despre aplicarea de către instanțele judecătorești a unor prevederi ale legislației de procedură penală privind arestarea preventivă și arestarea la domiciliu;
7. Hotărîrea Plenului CSJ nr.8 din 04.07.2005 cu privire la practica aplicării legislației privind munca neremunerată în folosul comunității;
8. Hotărîrea plenului CSJ din noiembrie 2003, nr. 31 Cu privire la unele chestiuni apărute în practica judiciară în legătură cu punerea în aplicare a Codului penal și al Codului de procedură penală;
9. Hotărîrea Plenului CSJ nr.11 din 24.12.2004 cu privire la practica aplicării legislației pentru asigurarea dreptului la apărare a bănuțului, învinuțului, inculpatului și condamnatului în procedura penală;
10. Hotărîrea Plenului CSJ a RM nr. 23 din 12.12.2005 cu privire la respectarea legislației în cazurile despre aplicarea, schimbarea, prelungirea, revocarea măsurilor de constrângere cu caracter medical, buletinul CSJ, 2006, nr. 9;
11. Hotărîrea Plenului CSJ nr. 7 din 07.04.2005 cu privire la practica asigurării controlului judecătoresc de judecătorul de instrucție în faza urmăririi penale;
12. Hotărîrea Plenului CSJ nr. 5 din 19.06.2006 privind sentința judecătorească;
13. Hotărîrea Plenului CSJ nr. 12 din 24.12.2012 cu privire la unele chestiuni ce vizează participarea procurorului la judecarea cauzei penale;
14. Recomandarea Curții Supreme de Justiție nr. 38 cu privire la acțiunile procesuale care pot fi efectuate din momentul sesizării sau autosesizării organului competent pînă la declanșarea urmăririi penale;
15. Decizia Plenului Colegiului Penal al Curții Supreme de Justiție nr. 4-1/2013 din 07.05.2013 cu privire la interpretarea și aplicarea prevederilor art. 270 alin. (9) CPP al RM;
16. Culegere de hotărîri explicative. Curtea Supremă de Justiție (octombrie 2003 – decembrie 2005). – Chișinău, 2006;

Literatură generală teoretică:

1. Andreșan- Grigoriu Beatrice. Procedura hotărârilor preliminare. Editura: Hamangiu, 2015.
2. Apetrei Mihai. Drept procesual penal, București: Editura ALL BECK 1998.
3. Andronache Anatolie. Manual de curs. Justiția juvenilă. Academia „Ștefan cel Mare”, Chișinău, 2014.
4. Anghel Nicolae. Garantarea libertății persoanei, București 2002.
5. Avram Mihail, Tudor Popovici, Vasile Cobîșneanu, Cercetarea infracțiunilor contra persoanei, Chișinău: Ed. ARC, 2004;
6. Arion Țigănașu Jănică. Garantarea dreptului la apărare. București: Editura ARAMIS, 2002.
7. Brezeanu Ortansa. Minorul și legea penală. București: Editura ALL BECK 1998.
8. Boroș Alexandru, colectiv. Drept procesual penal, Curs universitar. București: Ed. ALL Besk, 2001.
9. Bogaș Marius- Ciprian. Sesizarea organelor de urmărire penală. București: Editura: Hamangiu, 2012.
10. Buneci Petre. Partea responsabilă civilmente în procesul penal. București: Ed. Fundației România de mâine, 2002;
11. Buguța Elena. Drept procesual penal. Note de curs. Chișinău, 2016.
12. Buguța Elena. Instituția împăcării în dreptul penal al Republicii Moldova. Monografie. Chișinău, 2014.
13. Budeci Alina, Chintea Svetlana, Misail-Nichitin Daniela, Didic Veaceslav. Audierea copiilor victime-martori ai exploatării sexuale comerciale. Îndrumar practic, Centrul Internațional „La strada”. Chișinău, 2014.
14. Bodoroncea Georgina ș.a. Ghid de bune practici în materie penală. Ediția a II-a. București: Editura Universul juridic, 2007.
15. Botezatu Raisa, Furdui Sergiu, Gurschi Constantin et. al. Modele de acte judecătorești în procesul penal: sentințe, decizii, încheieri. Chișinău 2008.
16. Bârsan Corneliu. Convenția europeană a drepturilor omului. Comentariu pe articole. Ediția a II-a. București: Editura C.H. BEREC, 2010.
17. Brezeanu Ortansa. Minorul și legea penală. București: Editura ALL BECK 2017.
18. Cîmpean V., Curs de drept procesual penal, partea generală. Ed. Argessis, 2010.
19. Chirilă Angela. Relevanța penală a plîngerii prealabile. București: Editura Universul juridic, 2010.
20. Crișu A. Drept procesual penal. Proceduri speciale. București: Tipo- Actis, 2000.
21. Comentariu al Codului de procedură penală a RM, Editura Cartier juridic, Chișinău 2005.
22. Cușmir Adriana, Simion Raluca, Micle Mihai, Dâmboianu Cristina. Programe de justiție restaurativă în lumea contemporană (analiză documentară). Institutul Național de Criminologie din România, București, 2013.
23. Danileț Cristi, Malic Gheorghe, Bulat Eduard, Vidaicu Mihaela, Reținerea în procesul penal, Îndrumar pentru practicieni. Chișinău: Ed. Cartier juridic, 2016.
24. Doltu Ioan. **Unele aspecte ale probațiunii penale II** Revista de Drept Penal, Anul VI, nr. 2, aprilie-iunie, București, 1999.
25. Dolea Igor, Zaharia Victor. Studiu de fezabilitate privind instanțele specializate în cauzele cu implicarea copiilor în Republica Moldova. Chișinău, 2011.
26. Dolea Igor, Roman D., Vizdoagă T ș.a Codul de procedură penală. Comentariu, Chișinău: Ed. Cartier juridic, 2010.
27. Dolea Igor, Drepturile persoanei în probatoriul penal. Conceptul promovării elementului privat, Chișinău: Ed: Cartea juridică, 2009.
28. Dolea Igor, Zaharia Victor, Hanganu Sorin, Justiția penală și drepturile omului, Chișinău 2011.
29. Dolea Igor, Dumitru Roman, Sedlețchi Iurie ș.a. Drept procesual penal, Chișinău 2005.

30. Dolea Igor, Dumitru Roman, Sedlețchi Iurie ș.a. Drept procesual penal. Partea specială. Volumul II, Chișinău 2006.
31. Dragomir Eduard, Drept procesual penal, București: Ed. Lumina Lex 2009.
32. Damaschin Mircea, Dreptul la un proces echitabil în materie penală, București: Ed. Universul juridic, 2009.
33. **Dongoroz V. ș.a.**, Explicațiile teoretice ale Codului penal roman și ale Codului de procedură penală (ediția a II-a) (volumul 3). București, Editura ALL BECK, 2004.
34. Dumitrache Mariana. Drepturile minorilor și ale victimelor violenței în familie, București, 2007.
35. Duculescu V., Protecția juridică a drepturilor omului, București: Editura Lumina -Lex, 2017.
36. Didac Veceaslav, Serbinov Igor, Vizdoagă Tatiana, Dolea Igor. Modele de acte procedurale. Volumul-I, Chișinău 2007.
37. Moraru V. Confiscarea specială în dreptul penal. - Chișinău: Sirius. 2001.
38. Mrejeru Theodor, Drept procesual penal, București 2001.
39. **Mateuț Gh., Procedură penală, Vol. II. Editura Fundației Chemarea" Iași 1997.**
40. Mateuț Gheorghită. Tratat de drept procesual penal, București. 1999.
41. Mateuț Gheorghită. Procedura penală. Partea generală. Vol. I, Iași, Editura Fundației Chemarea, 1997.
42. Mateuț Gheorghită. Procedura penală. Partea generală. Vol. II, Iași, Editura Fundației Chemarea, 1997.
43. Mateuț Gheorghită. Procedura penală. Partea specială. Vol. II, București: Editura Lumina Lex, 1998.
44. Osoianu Tudor. Procedura penală: Curs introductiv (Parte generală), Chișinău, 1998.
45. Osoianu Tudor., Orîndaș Victor. Procedura penală. Partea generală, Curs universitar, Chișinău 2004.
46. Osoianu Tudor, Vidaicu Mihaela. Reținerea persoanei de către poliție. Chișinău: Ed. Cartier juridic, 2016.
47. Mole Naula, Harby Catarina. Dreptul la un proces echitabil. Ghid privind punerea în aplicare a art. 6 al Convenției Europene pentru Drepturile Omului, Chișinău, 2003.
48. Munteanu A., Grigoriu A., Rusu S., Vacarciuc O., Susanu S., Roman D. Manualul funcționarului public în domeniul drepturilor omului, Editura ARC, Chișinău, 2011.
49. Paraschiv Carmen-Silvia, Teodorescu Maria Georgiana, Nicolaescu Alin- Sorin. Drept procesual penal. Partea Specială. Note de curs. Editura Hamangiu, 2020.
50. Pinte Alexandru. Drept procesual penal. Partea generală și partea specială, Ediție revăzută și adăugită. București: Editura Lumina Lex, 2002.
51. Pușcașu Voicu. Prezumția de nevinovăție. Editura:Universul juridic, București, 2010.
52. Puică Viorica. Justiția juvenilă. Îndrumar pentru judecători și procurori. Chișinău, 2014.
53. Păvăleanu Vasile. Drept procesual penal. Partea generală. București: Ed.Lumina Lex, 2001.
54. Păvăleanu Vasile. Limitarea și privarea de libertate ca măsuri procesual-penale. Iași: Editura Chemarea , 1997.
55. Paliță Roxana, Dragomir Eduard. Drept procesual penal. Sinteze pentru pregătirea examenului de admitere și definitivare în profesia de avocat. București: Editura Nomina Lex, 2009.
56. Neagu Ion. *Drept procesual penal*. București: Editura Global Lex, 2004.
57. Neagu Ion, Crișu Anastasiu. Drept procesual penal. Curs selectiv pentru licență. București: Ed. ALL Beck 2003.
58. Nistoreanu Gh. în colab.. Manual de drept procesual penal. București: Ed Europa Nova, 1999.
59. Nița Ștefan. Drept procesual penal. Note de curs. Facultatea de Drept Cluj-Napoca, Cluj-Napoca, 2019.
60. Negru Alecu. Drept procesual penal. București 2008.

61. Nicolae Eugenia- Angela. Urmărirea și judecarea unor infracțiuni flagrante. București: Lumina- Lex, 1999.
62. Tulbure Ștefan. Tratat de drept procesual penal. București: Ed.ALL Beck, 2001.
63. Vasiliu Alexandru. Teoria generală a actelor de procedură penală. București: Editura ALL BECK, 2003.
64. Volonciu Nicolae. Tratat de procedură penală, Partea specială. București: Editura PAIDEIA, 1996.
65. Volonciu N., Țuculeanu Al, Drept procesual penal, Partea generală, Curs pentru învățământul la distanță, Ed. Universității Titu Maiorescu 2004;
66. Volonciu N., Antoniu G., Practică judiciară penală, Vol. IV. București: Ed. Academiei, 1993.
67. Volonciu N., Tratat de procedură penală, vol. II, București: PAIDEIA, 1996.
68. Vizdoagă Tatiana. Exercițierea acuzării în instanța de fond: probleme și perspective, Chișinău 2002.
69. Valeriu Zubco, Avram Mihail, Mihail Gheorghiuță...Protecția drepturilor omului la aplicarea măsurilor procesuale de constrângere. Chișinău: Editura ARC, 2006.
70. Gheorghiuță Mihail. Tactica cercetării la fața locului. Chișinău 2004.
71. Gorgăneanu Ion, Acțiunea penală, București 1998.
72. Gandrabur Gheorghe, Gandrabur Artiom, Tverdohle Valeriu. Tehnologii moderne în faza de urmărire penală. MAI, Academia „Ștefan cel Mare”, Chișinău 2005.
73. Fletcher J. G., Dolea I., Blănaru D., Concepte de bază ale justiției penale, Chișinău: Editura ARC, 2001.
74. Roșca Inga. Dreptul apărătorului de a invoca și a propune probe în procesul penal. Chișinău, 2009.
75. Rusu Vitalie, Gavajuc Stela, Gheorghieș Alexandru, Gherasim Dumitru, Gherasim Angela, Rusu Lucia. Dicționar de drept procesul penal. Chișinău: Editura Pontos, 2012.
76. Serbinov Igor, Catană Eugeniu, Chirtoacă Emilian et.al. Ghidul acuzatorului de stat. Chișinău: Editura Cartier juridic, 2005.
77. Uță Lucia, Jora Cristian. Expertiza medico-legală în procesul penal. Aspecte teoretice și practice. București: Lumina Lex, 2018.
78. Uță Lucia, Drept procesual penal. București: Lumina Lex, 2017.
79. Jidovu Nicu. Dreptul la apărare al învinutului și inculpatului. București: Editura ROSETTI, 2004.
80. Алиев Т.Т., Громов Н.А., Зейналова Л.М., Лукичев Н.А. «Состязательность и равноправие сторон в УП, Moscova, 2003.
81. Алиев Т.Т., Громов Н.А., Макаров Л.В., «Уголовно-процессуальное доказывание: «Участие обвиняемого и защитника», Moscova, 2002.
82. Божьев В., Уголовное процессуальное право РФ, Москва, 2000.
83. Строгович М.С., «Теория судебных доказательств», Москва, 2009.
84. Андреева О.И. Пределы диспозитивности в уголовном судопроизводстве. Томск: Издательство Томского университета, 2010.
85. Рыжаков А. П. Следственные действия и другие способы собирания доказательств. Москва 2011.

Protecția părților în procesul penal

Mijloace tehnice de protecție pază și securitate

Tehnici moderne de investigare a criminalității

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Sistemul Organelor de Securitate Civilă și Ordine Publică
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Titular de curs	Malai Lucia
Cadre didactice responsabile	Malai Lucia
e-mail:	lucia_malai@yahoo.com

Codul disciplinei S 05 O.028	Număr de credite ECTS 4	Anul II	Semestrul 4	Total ore 90	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi 45	F/R 16	Zi 45	F/R 74

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii
<p>La predarea disciplinei se ține cont de faptul că aceasta este destinată studenților anului II al Facultății PPS, secția zi și frecvență redusă, care încă nu posedă competențe gnosiologice și praxiologice în domeniu respectiv. Se va încerca antrenarea cât mai activă a studenților atât în timpul seminarelor, cât și la orele de curs, combinarea aspectelor teoretice cu cele practico-aplicative, examinându-se situații reale din practica juridică și modelându-se cazuri fictive. Pe parcursul predării disciplinei se pune accentul pe acele noțiuni și instituții ale materiei, care să stimuleze interesul studenților și să-i determine spre o pregătire temeinică în vederea formării de buni specialiști în domeniul pazei, protecției și securității. La seminare se vor organiza dezbateri pe cele mai importante chestiuni ce țin de problemele de bază ale organizării organelor de securitate și ordine publică, precum și a mecanismului de garantare a respectării drepturilor fundamentale ale omului.</p>
Competențe dezvoltate în cadrul cursului
<p>Competențe generice:</p> <ol style="list-style-type: none"> 9. Abilitatea de autoinstruire. 10. Favorizarea soluționării problemelor prin colaborare. 11. Dezvoltarea abilităților decizionale. <p>Competențe specifice:</p> <ul style="list-style-type: none"> - să demonstreze cunoașterea instituțiilor de stat care asigură securitatea civilă și ordinea publică și esența normelor juridice ce le reglementează activitate; - să aplice normele juridice la rezolvarea situațiilor practice; - să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute; - să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice;

- să evalueze locul și rolul organelor de securitate civilă și ordine publică din RM din perspectiva propriei specialități.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- să identifice principiile, elementele și locul organelor de securitate civilă și ordine publică din RM în sistemul organelor de drept;
- să determine structura și activitatea organelor de securitate civilă și ordine publică din RM;
- să descrie sistemul și modul de activitate a organelor de securitate civilă și ordine publică;
- să definească noțiunile legale și doctrinare utilizate în domeniul pazei, protecției și securității;
- să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale ale acestei discipline: securitate, ordine publică, etc.

II. La nivel de aplicare

- să determine soluțiile corecte pentru problemele de ordin practic vizînd materia studiată;
- să stabilească gradul de interacțiune dintre diferite elemente ale activității organelor de securitate civilă și ordine publică;
- să identifice gradul de interacțiune dintre interesul public și interesul privat;
- să explice principiile fundamentale de activitate a organelor de securitate civilă și ordine publică;
- să utilizeze actele normative la rezolvarea cauzelor practice din domeniul respectiv;

III. La nivel de integrare

- să aprecieze tendințele legislației în ceea ce privește reglementarea statutului juridic al participanților la raporturile juridice din domeniul studiat;
- să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației în domeniul securității civile și a ordinei publice; să propună soluții funcționale pentru eficientizarea aplicării normelor studiate;
- să elaboreze planuri de acțiune ce pot fi raportate la situațiile concrete din practica judiciară.

Precondiții										
Repartizarea orelor de curs										
№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1	Noțiuni generale privind sistemul organelor securității civile și ordinii publice.	6	2	1	1				3	5
2	Conceptul de ordine publică. Riscuri și amenințări la adresa securității și ordinii publice.	6	2	1	1				3	5
3	Conținutul și principiile activității de asigurare a ordinii publice.	6	2		1				3	5
4	Organele de securitate civilă și ordine publică – sistem instituțional de protecție a Drepturilor Omului în Republica Moldova.	6	2	1	1	1			3	5
5	Poliția: sarcini și funcții.	6	2	1	1	1			3	5
6	Poliția: sarcini și funcții.	6	2	1	1				3	5
7	Inspectoratul General de de carabinieri.	6	2		1	1			3	5
8	Centrul Național Anticorupție.	6	2	1	1				3	5
9	Serviciul de Informații și Securitate al RM.	6	2	1	1				3	5
10	Serviciul de Protecție și Pază de Stat.	6	2	1	1				3	5
11	Serviciul Vamal.	6	2		1	1			3	5
12	Procuratura.	6	2		1				3	5
13	Sistemul judiciar în Republica Moldova. Organele de administrare judecătorească.	6	2	1	1	1			3	5
14	Inspectoratul General pentru Situații de Urgență	6	2	1	1	1			3	5
15	Organele nestatale ce contribuie la activitatea de ocrotire a normelor de drept.	6	2		1				3	7
TOTAL		90	30	10	15	6			45	74
Conținutul unităților de curs										
<p>Tema 1. Noțiuni generale privind sistemul organelor securității civile și ordinii publice</p> <p>Tema 2. Conceptul de ordine publică. Riscuri și amenințări la adresa securității și ordinii publice.</p> <p>Tema 3. Conținutul și principiile activității de asigurare a ordinii publice.</p> <p>Tema 4. Organele de securitate civilă și ordine publică – sistem instituțional de protecție a Drepturilor Omului în Republica Moldova.</p> <p>Tema 5. Poliția: sarcini și funcții.</p> <p>Tema 6. Poliția: sarcini și funcții.</p> <p>Tema 7. Inspectoratul General de carabinieri.</p>										

- Tema 8.** Centrul Național Anticorupție.
Tema 9. Serviciul de Informații și Securitate.
Tema 10. Serviciul de Protecție și Pază de Stat.
Tema 11. Serviciul Vamal.
Tema 12. Procuratura.
Tema 13. Sistemul judiciar în Republica Moldova. Organele de administrare judecătorească.
Tema 14. Inspectoratul General pentru Situații de Urgență
Tema 15. Organele nestatale ce contribuie la activitatea de ocrotire a normelor de drept.

Strategii de evaluare

- 1. Evaluarea curentă** se va realiza prin susținerea / prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează 2 lucrări de control (testări), cum ar fi:

Lucrarea 1

1. Noțiuni generale privind sistemul organelor securității civile și ordinii publice:

- 1.1. Definiți noțiunile de „securitate civilă” și „ordine publică”.
- 1.2. Determinați corelația între noțiunile „siguranță națională”, „securitate civilă” și „ordine constituțională”.
- 1.3. Identificați valorile sociale apărute de lege și stabiliți modalitățile amenințărilor la adresa lor.

2. Principiile fundamentale de activitate a organelor de securitate și ordine publică:

- 2.1. Definiți noțiunea de principiu.
 - 2.2. Determinați principiile fundamentale de activitate a organelor de securitate și ordine publică.
 - 2.3. Argumentați necesitatea existenței acestor principii într-un stat de drept.
- 2. Evaluarea sumativă** se va realiza luându-se în considerație evaluările curente (ponderea de 0,6) și evaluarea finală (0,4) care se va materializa într-un examen în scris.

Bibliografie

Acte normative:

a) Acte internaționale și regionale:

19. Declarația Universală a Drepturilor Omului, adoptată de Adunarea Generală a O.N.U. la 10 decembrie 1948.
20. Pactul internațional cu privire la drepturile economice, sociale și culturale din 16.12.1966
21. Pactul internațional cu privire la drepturile civile și politice din 16.12.1966.
22. Convenția europeană pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale din 04.11.1950 și Protocoalele adiționale:

b) Acte normative naționale:

1. CONSTITUȚIA REPUBLICII MOLDOVA din 29.07.1994 (Publicat : 29.03.2016 în Monitorul Oficial Nr. 78 art Nr : 140 Data intrării in vigoare : 27.08.1994)
2. COD DE PROCEDURĂ PENALĂ A REPUBLICII MOLDOVA din 14.03.2003 (Publicat : 05.11.2013 în Monitorul Oficial Nr. 248-251 art Nr : 699 Data intrării in vigoare : 12.06.2003)
3. COD Nr. 1149 din 20.07.2000 CODUL VAMAL al Republicii Moldova (Publicat

- : 01.01.2007 în Monitorul Oficial Nr. ed.special.)
4. LEGE Nr.619 din 31.10.1995 privind organele securității statului (Publicat : 13.02.1997 în Monitorul Oficial Nr. 10-11 art Nr : 115 Data intrării în vigoare : 13.02.1997)
 5. LEGE Nr.753 din 23.12.1999 privind Serviciul de Informații și Securitate al Republicii Moldova (Publicat : 31.12.1999 în Monitorul Oficial Nr. 156 art Nr : 764)
 6. LEGE Nr.1104 din 06.06.2002 cu privire la Centrul Național Anticorupție (Publicat : 05.10.2012 în Monitorul Oficial Nr. 209-211 art Nr : 683)
 7. LEGE Nr. 134 din 13.06.2008 cu privire la Serviciul de Protecție și Pază de Stat (Publicat : 31.12.2015 în Monitorul Oficial Nr. 361-369 art Nr : 673)
 8. LEGE Nr. 320 din 27.12.2012 cu privire la activitatea Poliției și statutul polițistului (Publicat : 01.03.2013 în Monitorul Oficial Nr. 42-47 art Nr : 145 Data intrării în vigoare : 05.03.2013)
 9. LEGE Nr.283 din 28.12.2011 cu privire la Poliția de Frontieră (Publicat : 20.04.2012 în Monitorul Oficial Nr. 76-80 art Nr : 245 Data intrării în vigoare : 01.07.2012)
 10. LEGE Nr. 219 din 08.11.2018 cu privire la cu privire la Inspectoratul General de Carabinieri (Publicat : 12.12.1991)
 11. LEGE Nr.3 din 25.02.2016 cu privire la Procuratură (Publicat : 25.03.2016 în Monitorul Oficial Nr. 69-77 art Nr : 113 Data intrării în vigoare : 01.08.2016)
 12. LEGE Nr. 159 din 07.07.2016 cu privire la procuraturile specializate (Publicat : 30.07.2016 în Monitorul Oficial Nr. 245-246 art Nr : 519 Data intrării în vigoare : 01.08.2016)
 13. LEGE Nr. 26 din 22.02.2008 privind întrunirile (Publicat : 22.04.2008 în Monitorul Oficial Nr. 80 art Nr : 261)
 14. LEGE Nr. 218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc (Publicat : 14.12.2012 în Monitorul Oficial Nr. 254-262 art Nr : 836)
 15. LEGE Nr.283 din 04.07.2003 privind activitatea particulară de detectiv și de pază (Publicat : 19.09.2003 în Monitorul Oficial Nr. 200-203 art Nr : 769)
 16. LEGE Nr.1260 din 19.07.2002 cu privire la avocatură (Publicat : 04.09.2010 în Monitorul Oficial Nr. 159 art Nr : 582)
 17. LEGE Nr. 69 din 14.04.2016 cu privire la organizarea activității notarilor (Publicat : 26.08.2016 în Monitorul Oficial Nr. 277-287 art Nr : 588 Data intrării în vigoare : 26.02.2017)
 18. LEGE Nr. 113 din 17.06.2010 privind executorii judecătorești (Publicat : 06.01.2017 în Monitorul Oficial Nr. 2-8 art Nr : 1)
 19. LEGE Nr. 93 din 05.04.2007 Inspectoratului General pentru Situații de Urgență (Publicat : 08.06.2007 în Monitorul Oficial Nr. 78-81 art Nr : 358 Data intrării în vigoare : 08.09.2007)
 20. HOTĂRÎRE Nr.474 din 19.06.2014 cu privire la aprobarea Nomenclatorului mijloacelor

speciale, al tipurilor de arme de foc și al munițiilor aferente, precum și a regulilor de aplicare a acestora (Publicat : 24.06.2014 în Monitorul Oficial Nr. 167-168 art Nr : 517)

21. DECRET Nr.331 din 08.10.1997 privind aprobarea Regulamentului Consiliului Suprem de Securitate

Hotărâri ale Parlamentului și Guvernului:

1. [Hotărârea Parlamentului nr.1213-XII din 01.12.1992 cu privire la declararea sărbătorii profesionale Ziua poliției](#)
2. [Hotărârea Parlamentului nr.654-XII din 22.07.1991 privind aprobarea textului Jurământului efectivului de trupă din corpul de comandă al poliției și al altor subunități ale organelor de interne ale R.M. și al Regulamentului privind modul de depunere a Jurământului](#)
3. [Hotărârea Parlamentului nr.637-XII din 10.07.1991 cu privire la gradele speciale pentru efectivul de trupă și corpul de comandă al organelor afacerilor interne](#)
4. [Hotărârea Parlamentului nr.1275-XII din 15.02.1993 cu privire la aprobarea mijloacelor speciale și a regulilor de aplicare a acestora de către colaboratorii organelor de interne și militarii trupelor de carabinieri ale MAI](#)
5. [Hotărârea Parlamentului nr.1377-XII din 06.04.1993 privind modul de transmitere a materialelor în organele de anchetă](#)
6. [Hotărârea Guvernului nr.334 din 08.07.1992 despre aprobarea Regulamentului cu privire la serviciul în organele afacerilor interne](#)
7. [Hotărârea Guvernului nr.2 din 04.01.1996 cu privire la aprobarea Statutului disciplinar al organelor afacerilor interne](#)
8. [Hotărârea Guvernului cu privire la aprobarea Codului de etică și deontologie a polițistului nr.481 din 10.05.2006](#)
9. [Hotărârea Guvernului nr.78 din 21.02.1994 cu privire la modul de calculare a vechimii în muncă, stabilire și plata pensiei și indemnizației militarilor, persoanelor din corpul de comandă și din trupele organelor afacerilor interne](#)
10. [Hotărârea Guvernului nr. 778 din 27.11.2009 cu privire la aprobarea Regulamentului privind organizarea și funcționarea Ministerului Afacerilor Interne, structurii și efectivului-limită ale aparatului central al acestuia](#)
11. [Hotărârea Guvernului nr. 112 din 02.02.1999 cu privire la MAI](#)
12. [Hotărârea Guvernului nr.139 din 20.02.2001 cu privire la aprobarea Regulamentului poliției municipale a Inspectoratului general de poliție](#)
13. [Hotărârea Guvernului nr.596 din 20.06.2000 cu privire la uniforma și normele de echipare a colaboratorilor poliției](#)

14. [Hotărîrea Guvernului nr.746 din 12.06.2002 cu privire la Concepția pregătirii cadrelor de juriști pentru sistemul organelor afacerilor interne](#)
15. [Hotărîrea Guvernului pentru aprobarea Regulamentului cu privire la modul de îndeplinire a serviciului special în cadrul Serviciului Protecției Civile și Situațiilor Excepționale nr.461 din 24.03.2008](#)
16. [Hotărîrea Guvernului privind uniforma și însemnele distinctive ale Serviciului Protecției Civile și Situațiilor Excepționale nr.1 107 din 30.09.2008](#)
17. [Hotărîrea Guvernului cu privire la aprobarea Regulamentului privind modul de testare alcoolscoptică și de examinare medicală pentru stabilirea stării de ebrietate nr.296 din 16.04.2009](#)
18. [Hotărîrea Guvernului despre aprobarea Regulamentului cu privire la modul de utilizare a mijloacelor tehnice, inclusiv a mijloacelor de măsurare și aparatajului medical din dotarea poliției nr.1139 din 18.09.2003](#)
19. [Hotărîrea Guvernului pentru aprobarea Nomenclatorului serviciilor prestate contra plată și tarifele la acestea, precum și a Regulamentului cu privire la modul de formare și utilizare a mijloacelor speciale ale subdiviziunilor MAI nr.508 din 11.05.2006](#)
20. [Hotărîrea Guvernului nr. 357 din 13.05.2009 cu privire la aprobarea Regulamentului circulației rutiere](#)
21. [Hotărîrea Guvernului nr. 493 din 14.08.2009 pentru aprobarea Regulamentului privind evidența contravențiilor în domeniul circulației rutiere și asigurarea accesului titularului permisului de conducere la informația despre punctele de penalizare](#)
22. [Hotărîrea Guvernului nr.2 din 16.01.2010 cu privire la crearea unei întreprinderi de stat](#)
23. [Hotărîrea Guvernului nr.1109 din 6.12.2010 pentru aprobarea Concepției de reformare a Ministerului Afacerilor Interne și a structurilor subordonate și desconcentrate ale acestora](#)
24. [Hotărîrea Guvernului nr.1140 din 15.12.2010 pentru aprobarea Regulamentului cu privire la modul de acordare a ajutorului bănesc rambursabil refugiaților și beneficiarilor de protecție umanitară](#)
25. [Hotărîrea Guvernului nr.1187 din 22.12.2010 cu privire la implementarea Ghișeului unic de documentare a străinilor](#)
26. [Ordinul MAI nr.282 din 14.08.2008 cu privire la aprobarea tarifelor pentru serviciile acordate de Direcția generală pază de stat a MAI și subdiviziunile ei \(Monitorul Oficial 179/522, 30.09.2008\)](#)
27. [Ordinul MAI și MDI nr.278/70 din 08.08.2008 despre aprobarea Instrucțiunilor cu privire la documentarea beneficiarilor de protecție umanitară în Republica Moldova cu acte de identitate \(Monitorul Oficial 110-111/326 , 24.06.2008\)](#)
28. [Ordinul MAI nr.97 din 21.03.2007 cu privire la aprobarea Instrucțiunii de recepționare.](#)

[examinare tehnică, balistică și autorizare a armelor și munițiilor predate benevol din posesie ilegală \(Monitorul Oficial 64-66/302, 11.05.2007\)](#)

29. [Ordinul MAI nr.325 din 30.08.2002 cu privire la perfecționarea reglementării normativ-juridice a Serviciului Securitate a Circulației Rutiere a Poliției Rutiere \(Monitorul Oficial 121-123/339,28.09.2000\)](#)

30. [Ordinul MAI nr.372 din 12.11.2010 privind aprobarea Instrucțiunii cu privire la ordinea de eliberare a actelor juridice \(Monitorul Oficial nr.227-230/833 din 19.11.2010\)](#)

Literatură teoretică:

1. Oportunitatea stabilirii strategiei de asigurare a ordinii publice în România. Preluarea aquis-ului comunitar, Preocupări actuale și de perspectivă în legislația, practica și doctrina juridică de specialitate, Materialele conferinței științifice. Universitatea „Spiru Haret”, Constanța, editura Europolis, mai 2002.
2. Mijloacele de acțiune ale administrației publice locale, în Aspecte juridice și practice ale aderării actuale la Uniunea Europeană. Universitatea „Spiru Haret”, Constanța, editura Europolis, mai 2004.
3. Considerații referitoare la conceptul de ordine publică, Materialele conferinței științifice Aspecte juridice și Practice ale Aderării României la Uniunea Europeană, Universitatea „Spiru Haret”, Constanța, editura Europolis, mai 2006.
4. Aspecte ale coraportului noțiunilor securitate națională, siguranța națională și ordine publică. “Legea și viața” nr. 1, 2005.
5. Ordinea și securitatea publică - obiect al administrării de stat. “Legea și viața” nr. 5-6, 2005.
6. Roman D., Vâzdoagă T., Grigotiu A. Organele de ocrotire a normelor de drept. – Ch.: ed. Cartier, 2001.
7. Vâzdoagă T, Roman D., ș.a. Organizarea și activitatea organelor de ocrotire a normelor de drept. – Ch., 2004.
8. Pop S., Sistemul forțelor participante la gestionarea ordinii constituționale și a ordinii publice de la normalitate la criză, București, 2002.

Lupta corp la corp în situații excepționale

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Securitate Civilă și Publică					
Denumirea cursului		Tactica Asigurării Securității Publice					
Titularul cursului		Malai Lucia					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 05 O.028	Anul	III	Semestrul	V
Nr. credite	5	Limba de instruire	Româna/Rusa	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	75	Studiu individual	60	Total ore pe semestru			135
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	PPS	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail		Total	C	S	L/P	LI	
		135	45	30	-	60	
Nota de prezentare	<p>Disciplina de studii „<i>Tactica Asigurării Securității Publice</i>” este parte componentă a științelor prevăzute în planul de învățământ, în vederea pregătirii specialiștilor din domeniul pazei, protecției și securității, în cadrul facultății PPS a Universității de Stat de Educație Fizică și Sport.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale, care presupun formarea specialiștilor cu înaltă pregătire capabili să aplice normele juridice la rezolvarea situațiilor practice; • obiective cadru ale învățământului ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul PPS prin implicarea în activități cu demonstrarea capacităților de a lua decizii la nivele operaționale și tactice; • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. V, 135 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 5 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a viitorului specialistr.</p>						
	<p align="center">Competențe profesionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> i. să demonstreze cunoașterea instituțiilor de stat care asigură securitatea civilă și ordinea publică și esența normelor juridice ce le reglementează activitate; ii. să aplice normele juridice la rezolvarea situațiilor practice; 						

<p align="center">Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>iii. să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute;</p> <p>iv. să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice;</p> <p>v. să evalueze locul și rolul organelor de securitate civilă și ordine publică din RM din perspectiva propriei specialități.</p> <p align="center">Competențe transversale:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Abilitatea de autoinstruire. - Favorizarea soluționării problemelor prin colaborare. - Dezvoltarea abilităților decizionale.
<p align="center">Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>I. La nivel de cunoaștere</p> <p>vi. să identifice principiile, elementele și locul organelor de securitate civilă și ordine publică din RM în sistemul organelor de drept;</p> <p>vii. să determine structura și activitatea organelor de securitate civilă și ordine publică din RM;</p> <p>viii. să descrie sistemul și modul de activitate a organelor de securitate civilă și ordine publică;</p> <p>ix. să definească noțiunile legale și doctrinare utilizate în domeniul pazei, protecției și securității;</p> <p>x. să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale ale acestei discipline: securitate, ordine publică, etc.</p> <p>II. La nivel de aplicare</p> <p>xi. să determine soluțiile corecte pentru problemele de ordin practic vizînd materia studiată;</p> <p>xii. să stabilească gradul de interacțiune dintre diferite elemente ale activității organelor de securitate civilă și ordine publică;</p> <p>xiii. să identifice gradul de interacțiune dintre interesul public și interesul privat;</p> <p>xiv. să explice principiile fundamentale de activitate a organelor de securitate civilă și ordine publică;</p> <p>xv. să utilizeze actele normative la rezolvarea cauzelor practice din domeniul respectiv;</p> <p>III. La nivel de integrare</p> <ul style="list-style-type: none"> - să aprecieze tendințele legislației în ceea ce privește reglementarea statutului juridic al participanților la raporturile juridice din domeniul studiat; - să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației în domeniul securității civile și a ordinii publice; să propună soluții funcționale pentru eficientizarea aplicării normelor studiate; - să elaboreze planuri de acțiune ce pot fi raportate la situațiile concrete din practica judiciară.

	N/o	Unități de conținut	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Noțiuni generale privind Tactica asigurării securității publice: izvoare, obiect, principii.	13	4	3	6
	2	Asigurarea securității - condiție indispensabilă a edificării statului de drept.	13	4	3	6
	3	Strategii de asigurare a securității și ordinii publice.	13	4	3	6
	4	Măsurile polițienești. Aplicarea forței fizice și a mijloacelor speciale. Tactica intervenției polițienești cu aplicarea armei de foc.	13	4	3	6
	5	Noțiunea și caracteristica încălcărilor ordinii publice.	13	4	3	6
	6	Organizarea și asigurarea activității de menținere a ordinii publice.	14	5	3	6
	7	Organizarea serviciului de pază a ordinii publice în timpul manifestațiilor de masă și pregătirea efectivelor pentru acțiuni de înăbușire a tulburărilor civile.	14	5	3	6
	8	Intervenția forțelor de ordine pentru prevenirea unor manifestări violente și restabilirea ordinii publice.	14	5	3	6
	9	Aspecte de investigare și cercetare a faptelor care aduc atingere ordinii și securității civile.	14	5	3	6
	10	Teoria și tactica efectuării măsurilor de ordine în situații speciale.	14	5	3	6
TOTAL			135	45	30	60
Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modulului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>					
	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se</p>					

<p>Strategii de evaluare</p>	<p>apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
<p>Stabilirea notei finale (ponderea exprimată în %)</p>	<p>Nota finală</p> <p>Nota pentru evaluarea finală</p> <p>Nota evaluarea curentă</p> <p>Nota de la activitatea la prelegeri și seminare</p> <p>Nota lucrul individual</p>	<p>100%</p> <p>40%</p> <p>20%</p> <p>20%</p> <p>20%</p>
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>Acte normative:</p> <p>a) Acte internaționale și regionale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Declarația Universală a Drepturilor Omului, adoptată de Adunarea Generală decembrie 1948. 2. Pactul internațional cu privire la drepturile economice, sociale și culturale 3. Pactul internațional cu privire la drepturile civile și politice din 16.12.1966 4. Convenția europeană pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale din 04.11.1950 și Protocoalele adiționale: <p>b) Acte normative naționale:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. CONSTITUȚIA REPUBLICII MOLDOVA din 29.07.1994 (Publicat : 29.07.1994 în Monitorul Oficial Nr. 78 art Nr : 140 Data intrării in vigoare : 27.08.1994) 2. COD DE PROCEDURĂ PENALĂ A REPUBLICII MOLDOVA din 14.06.2003 (Publicat : 05.11.2013 în Monitorul Oficial Nr. 248-251 art Nr : 699 Data intrării in vigoare : 12.06.2003) 3. COD Nr. 1149 din 20.07.2000 CODUL VAMAL al Republicii Moldova (Publicat : 01.01.2007 în Monitorul Oficial Nr. ed.special.) 4. LEGE Nr.619 din 31.10.1995 privind organele securității statului (Publicat : 31.10.1995 în Monitorul Oficial Nr. 10-11 art Nr : 115 Data intrării in vigoare : 01.11.1995) 5. LEGE Nr.753 din 23.12.1999 privind Serviciul de Informații și Securitate al Republicii Moldova (Publicat : 31.12.1999 în Monitorul Oficial Nr. 156 art Nr : 753) 6. LEGE Nr.1104 din 06.06.2002 cu privire la Centrul Național Anticorupție (Publicat : 05.10.2012 în Monitorul Oficial Nr. 209-211 art Nr : 683) 7. LEGE Nr. 134 din 13.06.2008 cu privire la Serviciul de Protecție și Pază 	

(Publicat : 31.12.2015 în Monitorul Oficial Nr. 361-369 art Nr : 673)

8. LEGE Nr. 320 din 27.12.2012 cu privire la activitatea Poliției și statutul (Publicat : 01.03.2013 în Monitorul Oficial Nr. 42-47 art Nr : 145 Data intrării în vigoare : 05.03.2013)
9. LEGE Nr.283 din 28.12.2011 cu privire la Poliția de Frontieră (Publicat în Monitorul Oficial Nr. 76-80 art Nr : 245 Data intrării în vigoare : 01.03.2012)
10. LEGE Nr. 219 din 08.11.2018 cu privire la Inspectoratul General al Poliției Române - Carabinieri (Publicat : 12.12.1991)
11. LEGE Nr.3 din 25.02.2016 cu privire la Procuratură (Publicat : 25.03.2016 în Monitorul Oficial Nr. 69-77 art Nr : 113 Data intrării în vigoare : 01.08.2016)
12. LEGE Nr. 159 din 07.07.2016 cu privire la procuraturile specializate (Publicat : 30.07.2016 în Monitorul Oficial Nr. 245-246 art Nr : 519 Data intrării în vigoare : 01.08.2016)
13. LEGE Nr. 26 din 22.02.2008 privind întrunirile (Publicat : 22.04.2008 în Monitorul Oficial Nr. 80 art Nr : 261)
14. LEGE Nr. 218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a forței fizice speciale și a armelor de foc (Publicat : 14.12.2012 în Monitorul Oficial Nr. 245-246 art Nr : 836)
15. LEGE Nr.283 din 04.07.2003 privind activitatea particulară de detectiv și activitatea de pază (Publicat : 19.09.2003 în Monitorul Oficial Nr. 200-203 art Nr : 769)
16. LEGE Nr.1260 din 19.07.2002 cu privire la avocatură (Publicat : 04.09.2002 în Monitorul Oficial Nr. 159 art Nr : 582)
17. LEGE Nr. 69 din 14.04.2016 cu privire la organizarea activității notarilor publici (Publicat : 26.08.2016 în Monitorul Oficial Nr. 277-287 art Nr : 588 Data intrării în vigoare : 26.02.2017)
18. LEGE Nr. 113 din 17.06.2010 privind executorii judecătorești (Publicat : 17.06.2010 în Monitorul Oficial Nr. 2-8 art Nr : 1)
19. LEGE Nr. 93 din 05.04.2007 Inspectoratului General pentru Situații de Urgență (Publicat : 08.06.2007 în Monitorul Oficial Nr. 78-81 art Nr : 358 Data intrării în vigoare : 08.09.2007)
20. HOTĂRÎRE Nr.474 din 19.06.2014 cu privire la aprobarea Nomenclatorului de arme speciale, al tipurilor de arme de foc și al munițiilor aferente, precum și a modului de aplicare a acestora (Publicat : 24.06.2014 în Monitorul Oficial Nr. 167-168 art Nr : 517)
21. DECRET Nr.331 din 08.10.1997 privind aprobarea Regulamentului Consiliului Suprem de Securitate

Hotărâri ale Parlamentului și Guvernului:

1. [Hotărârea Parlamentului nr.1213-XII din 01.12.1992 cu privire la declararea războiului](#)

[profesionale Ziua poliției](#)

2. [Hotărîrea Parlamentului nr.654-XII din 22.07.1991 privind aprobarea textului efectivului de trupă din corpul de comandă al poliției și al altor subunități ale organelor](#)

[interne ale R.M. și al Regulamentului privind modul de depunere a Jurământului](#)

3. [Hotărîrea Parlamentului nr.637-XII din 10.07.1991 cu privire la gradele speciale ale efectivului de trupă și corpul de comandă al organelor afacerilor interne](#)

4. [Hotărîrea Parlamentului nr.1275-XII din 15.02.1993 cu privire la aprobarea normelor speciale și a regulilor de aplicare a acestora de către colaboratorii organelor de încredințare trupelor de carabinieri ale MAI](#)

5. [Hotărîrea Parlamentului nr.1377-XII din 06.04.1993 privind modul de transmitere a materialelor în organele de anchetă](#)

6. [Hotărîrea Guvernului nr.334 din 08.07.1992 despre aprobarea Regulamentului privind serviciul în organele afacerilor interne](#)

7. [Hotărîrea Guvernului nr.2 din 04.01.1996 cu privire la aprobarea Statutului de serviciu al organelor afacerilor interne](#)

8. [Hotărîrea Guvernului cu privire la aprobarea Codului de etică și deontologie a funcționarilor nr.481 din 10.05.2006](#)

9. [Hotărîrea Guvernului nr.78 din 21.02.1994 cu privire la modul de calculare a veniturilor din muncă, stabilire și plata pensiei și indemnizației militarilor, persoanelor din corpul de rezervă din trupele organelor afacerilor interne](#)

10. [Hotărîrea Guvernului nr. 778 din 27.11.2009 cu privire la aprobarea Regulamentului privind organizarea și funcționarea Ministerului Afacerilor Interne, structurii și efectivului aparatului central al acestuia](#)

11. [Hotărîrea Guvernului nr. 112 din 02.02.1999 cu privire la MAI](#)

12. [Hotărîrea Guvernului nr.139 din 20.02.2001 cu privire la aprobarea Regulamentului municipal a Inspectoratului general de poliție](#)

13. [Hotărîrea Guvernului nr.596 din 20.06.2000 cu privire la uniforma și normele de îmbrăcăminte ale colaboratorilor poliției](#)

14. [Hotărîrea Guvernului nr.746 din 12.06.2002 cu privire la Concepția pregătirii profesionale a juriștilor pentru sistemul organelor afacerilor interne](#)

15. [Hotărîrea Guvernului pentru aprobarea Regulamentului cu privire la modul de organizare a serviciului special în cadrul Serviciului Protecției Civile și Situațiilor Excepționale nr.100 din 24.03.2008](#)

16. [Hotărîrea Guvernului privind uniforma și însemnele distinctive ale Serviciului de Protecție și Apărare](#)

Civile și Situațiilor Excepționale nr.1 107 din 30.09.2008

17. Hotărîrea Guvernului cu privire la aprobarea Regulamentului privind modul de aplicare a alcoolscopice și de examinare medicală pentru stabilirea stării de ebrietate nr.296 din 18.09.2003
18. Hotărîrea Guvernului despre aprobarea Regulamentului cu privire la modul de aplicare a mijloacelor tehnice, inclusiv a mijloacelor de măsurare și aparatajului medical c
poliției nr.1139 din 18.09.2003
19. Hotărîrea Guvernului pentru aprobarea Nomenclatorului serviciilor prestate c
tarifele la acestea, precum și a Regulamentului cu privire la modul de formare și
mijloacelor speciale ale subdiviziunilor MAI nr.508 din 11.05.2006
20. Hotărîrea Guvernului nr. 357 din 13.05.2009 cu privire la aprobarea Regula
circulației rutiere
21. Hotărîrea Guvernului nr. 493 din 14.08.2009 pentru aprobarea Regula
evidența contravențiilor în domeniul circulației rutiere și asigurarea accesului titu
permisului de conducere la informația despre punctele de penalizare
22. Hotărîrea Guvernului nr.2 din 16.01.2010 cu privire la crearea unei întreprinc
23. Hotărîrea Guvernului nr.1109 din 6.12.2010 pentru aprobarea Concepției de
Ministerului Afacerilor Interne și a structurilor subordonate și desconcentrate ale
24. Hotărîrea Guvernului nr.1140 din 15.12.2010 pentru aprobarea Regula
modul de acordare a ajutorului bănesc rambursabil refugiaților și beneficiarilor d
umanitară
25. Hotărîrea Guvernului nr.1187 din 22.12.2010 cu privire la implementarea Ch
documentare a străinilor
26. Ordinul MAI nr.282 din 14.08.2008 cu privire la aprobarea tarifelor pentru se
acordate de Direcția generală pază de stat a MAI și subdiviziunile ei (Monitorul O
30.09.2008)
27. Ordinul MAI și MDI nr.278/70 din 08.08.2008 despre aprobarea Instrucțiunil
documentarea beneficiarilor de protecție umanitară în Republica Moldova cu act
(Monitorul Oficial 110-111/326 . 24.06.2008)
28. Ordinul MAI nr.97 din 21.03.2007 cu privire la aprobarea Instrucțiunii de re
examinare tehnică, balistică și autorizare a armelor și munițiilor predate benevol
ilegală (Monitorul Oficial 64-66/302. 11.05.2007)
29. Ordinul MAI nr.325 din 30.08.2002 cu privire la perfecționarea reglementării
juridice a Serviciului Securitate a Circulației Rutiere a Poliției Rutiere (Monitoru
123/339.28.09.2000)

30. [Ordinul MAI nr.372 din 12.11.2010 privind aprobarea Instrucțiunii cu privire la eliberare a actelor juridice \(Monitorul Oficial nr.227-230/833 din 19.11.2010\)](#)

Literatură teoretică:

1. Oportunitatea stabilirii strategiei de asigurare a ordinii publice în România și a ordinii comunitare, Preocupări actuale și de perspectivă în legislația, practica și doctrina specialitate, Materialele conferinței științifice. Universitatea „Spiru Haret”, Constanța, Europolis, mai 2002.
2. Mijloacele de acțiune ale administrației publice locale, în Aspecte juridice și Practice ale Aderării actuale la Uniunea Europeană. Universitatea „Spiru Haret”, Constanța, Europolis, mai 2004.
3. Considerații referitoare la conceptul de ordine publică, Materialele conferinței științifice Aspecte juridice și Practice ale Aderării României la Uniunea Europeană, Universitatea „Spiru Haret”, Constanța, editura Europolis, mai 2006.
4. Aspecte ale coraportului noțiunilor securitate națională, siguranța națională și securitatea publică. “Legea și viața” nr. 1, 2005.
5. Ordinea și securitatea publică - obiect al administrării de stat. “Legea și viața” nr. 1, 2005.
6. Roman D., Vâzdoagă T., Grigotiu A. Organele de ocrotire a normelor de drept. – Ch., 2001.
7. Vâzdoagă T, Roman D., ș.a. Organizarea și activitatea organelor de ocrotire a normelor de drept. – Ch., 2004.
8. Pop S., Sistemul forțelor participante la gestionarea ordinii constituționale și a securității publice de la normalitate la criză, București, 2002.

Combaterea criminalității organizate



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Cooperare penală internațională
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Elena BUGUȚA, dr. conf.univ.,
Cadre didactice responsabile	Elena BUGUȚA, dr. conf.univ.,
e-mail:	ellenabuguta@gmail.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 05 A 38	4	3	I	60	60	20	43	108

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

În ultima perioadă de timp, Republica Moldova a cunoscut mutații de fond în structura și dinamica fenomenului infracțional sub toate aspectele, inclusiv prin dezvoltarea crimei organizate și a corupției. Dimensiunile criminalității organizate fac din aceasta o amenințare la adresa siguranței naționale a Republicii Moldova prin afectarea majorității domeniilor de manifestare ale mediului economic și social, fapt ce a determinat elaborarea unei strategii adecvate, fundamentată pe analiza de stare a criminalității organizate și a tendințelor de manifestare a fenomenului.

Statele lumii sunt nevoite să ajungă la o colaborare mai strânsă în vederea prevenirii și combaterii formelor de criminalitate, în conformitate cu legislația lor internă și folosind mecanismele internaționale pentru culegerea de informații și date necesare instituțiilor abilitate și guvernelor de a preveni și elimina aceste infracțiuni, de a urmări și extrăda pe autorii lor. În condiții în care criminalitatea internațională, a căpătat odată cu deschiderea frontierelor o amploare din ce în ce mai mare, cooperarea juridică internațională în materie penală constituie un mijloc eficient de a răspunde acestui fenomen.

Din această perspectivă, studiul disciplinei este orientat spre: familiarizarea studenților cu importanța și valorile promovate cu privire la cooperarea penală internațională; cultivarea spiritului de respect față de regulile și principiile cooperării penale internaționale; familiarizarea cu modificările și completările pe marginea cooperării penale internaționale în vigoare; valorificarea deplină a potențialului intelectual al studentului; prezentarea practicii judiciare

relevante; formarea abilităților practice ale viitorilor specialiști și lărgirea orizontului intelectual al acestora.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Acest curs oferă argumente persuasive pentru motivarea studierii disciplinelor juridice, analizează criteriile necesare pentru opțiunile didactice ale profesorului cu privire la strategiile folosite în transmiterea și evaluarea cunoștințelor și a deprinderilor, constituind astfel o perspectivă metodică asupra structurii informaționale specifice.

Curriculum-ul disciplinei în cauză se axează pe trei niveluri comportamentale, cu un grad divers de complexitate: *cunoaștere, aplicare, integrare*.

Nivelul *cunoaștere* presupune acumularea cunoștințelor teoretice, formarea bazei conceptuale în domeniul cooperării penale internaționale.

Aplicarea presupune formarea abilităților tipice disciplinei cooperarea penală internațională, dezvoltarea capacităților de a transpune în plan practic cunoștințele teoretice.

Integrarea își propune ca scop formarea capacităților de transfer al cunoștințelor teoretice și al abilităților practice în situații atipice, soluționarea spețelor, rezolvarea unor sarcini cu un grad sporit de complexitate, formularea poziției și argumentarea soluțiilor.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

La nivel de cunoaștere studenții trebuie:

- să acumuleze cunoștințe teoretice privind normele și instituțiile cooperării penale internaționale;
- să indice obiectivele cooperării penale internaționale;
- să posede cunoștințe teoretice referitoare la normele și instituțiile cooperării penale internaționale;
- să acumuleze cunoștințe teoretice privind normele și instituțiile cooperării penale internaționale;
- să determine obiectul de reglementare al cooperării penale internaționale;
- să relateze despre principiile cooperării penale internaționale;
- să determine motivele de refuz al asistenței juridice internaționale;
- să cunoască competența națională în domeniul asistenței juridice internaționale;
- să descrie procedura de comunicare a actelor procedurale;
- să descrie mecanismul de citare a martorilor, experților și a persoanelor urmpărite;
- să definească și să descrie comisiile rogatorii;
- să descrie procedura de preluare de către autoritățile centrale ale Republicii Moldova a urmării penale și a cauzelor penale aflate în faza judiciară a procesului penal;
- să descrie procedura de transmitere a procedurilor represive către autoritățile străine;
- să descrie procedura de extrădare;
- să relateze despre procedura transferului persoanelor condamnate.
- să cunoască modul de recunoaștere a hotărârilor penale ale instanțelor judecătorești străine.

II. La nivel de aplicare studentul trebuie:

- să identifice particularitățile aplicării tratatelor și convențiilor internaționale în materie penală;
- să argumenteze esența unor instituții ale cooperării penale internaționale;
- să evidențieze și să clasifice, după anumite criterii, diferite noțiuni și instituții ale cooperării penale internaționale;

- să stabilească rolul comisiilor rogatorii;
- să identifice situațiile de refuz al asistenței juridice internaționale;
- să explice noțiunile și principiile fundamentale ale cooperării penale internaționale;
- să aplice cunoștințele teoretice față de situațiile din practica judiciară;
- să aplice metode eficiente la instruirea juridică a comunității;

III. La nivel de integrare studentul trebuie:

- să stabilească locul și rolul cooperării penale internaționale;
- să propună soluții funcționale pentru eficientizarea aplicării normelor și instituțiilor cooperării penale internaționale;
- să identifice problemele existente în ceea ce privește procedura cooperării penale internaționale;
- să identifice problemele existente în ceea ce privește procedura extrădării;
- să identifice problemele existente în ceea ce privește comisiile rogatorii;
- să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării legislației în domeniul cooperării penale internaționale;
- să evalueze starea și nivelul organizatoric al organelor de urmărire penală și al instanțelor judiciare în domeniul cooperării penale internaționale;
- să evalueze teoretic spețele din practica judiciară conținând soluții controversate;

Precondiții

Cursul *Cooperare penală internațională* contribuie la explicarea, analiza și operaționalizarea metodelor, procedurilor și proiectelor de organizare a procesului de implementare a studiului teoretic în practică, inclusiv aplicarea corectă a legislației internaționale în vigoare.

Prelegerile, dar, mai ales, seminarele au un pronunțat caracter aplicativ și, în consecință, utilizează o paletă largă și diversificată prin aplicații și exerciții practice, inclusiv probleme cu conținut juridic.

Cît privește evaluarea disciplinei, aceasta va cunoaște trei ipostaze: evaluarea curentă (în cadrul fiecărui seminar); evaluarea sumativă periodică (realizarea cu prilejul finalizării studiului unei sau mai multor instituții ale cooperării penale internaționale); evaluarea sumativă finală (care presupune verificarea în ansamblu a aptitudinilor însușite pe parcursul semestrului de studii).

Răspunsurile verbale sau scrise ale studenților trebuie să demonstreze abilitatea de a aplica cunoștințele teoretice în practică. Studentul trebuie să prezinte formulări juridice precise, să-și expună clar ideile și concepțiile. Răspunsurile la întrebări și soluționarea spețelor trebuie să fie desfășurate, fundamentate teoretic, să conțină referințe la legislația în vigoare.

Repartizarea orelor de curs										
№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	i	F/R		
1.	Noțiuni generale privind cooperarea penală internațională	18	2	-	2	-	-	-	4	10
2.	Izvoarele și sursele de reglementare ale cooperării penale internaționale	26	4	2	6	-	-	-	4	10
3.	Principiile cooperării penale internaționale	24	4	1	4	1	-	-	4	10
4.	Formele de asistență juridică internațională în materie penală	27	2	2	4	1	-	-	6	12
5.	Comunicarea actelor procedurale	20	2	1	2	1	-	-	4	10
6.	Transferul procedurilor penale	25	4	1	2	1	-	-	5	12
7.	Extradarea din Republica Moldova	24	4	1	2	1	-	-	4	12
8.	Solicitarea extradării de către Republica Moldova	24	4	1	2	1	-	-	4	12
9.	Transferul persoanelor condamnate	22	2	1	4	1	-	-	4	10
10.	Recunoașterea hotărârilor penale ale instanțelor judecătorești străine	21	2	2	2	1	-	-	4	10
TOTAL		231	30	12	30	8			43	108

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Noțiuni generale privind cooperarea penală internațională

Unități de conținuturi

1. Conceptul și importanța cooperării penale internaționale în materie penală;
2. Modul de transmitere a adresărilor de asistență juridică.
3. Volumul asistenței juridice.
4. Motivele de refuz la acordarea asistenței juridice internaționale.
5. Cheltuielile legate de acordarea asistenței juridice internaționale în materie penală.

Tema 2. Izvoarele și sursele de reglementare ale cooperării penale internaționale

Unități de conținuturi

1. Sursele și reglementarea juridică internă ale cooperării penale internaționale;
2. Convențiile internaționale multilaterale și tratate internaționale bilaterale la care Republica Moldova este parte
3. Tratate interguvernamentale și interdepartamentale la care Republica Moldova este parte;
4. Principiile de aplicare în caz de divergențe între tratate

Tema 3. Principiile cooperării penale internaționale

Unități de conținuturi

1. Noțiunea principiilor cooperării penale internaționale;
2. Principiile aplicării legii penale în raport cu spațiul;
3. Sistemul principiilor generale ale asistenței juridice internaționale în materie penală;
4. Conținutul principiilor specifice asistenței juridice internaționale în materie penală;

Tema 4. Formele de asistență juridică internațională în materie penală.

Unități de conținuturi

1. Clasificarea formelor de asistență juridică internațională în materie penală;
2. Forme de asistență juridică eventual acceptabile;
3. Forme de asistență juridică consacrate:

3.1. cu caracter informativ.

3.2. cu caracter procesual

**Tema 5. Comunicarea actelor procedurale
Unități de conținuturi**

1. Comunicarea și dovada comunicării.
2. Citarea martorilor, experților și a persoanelor urmărite
3. Comisiile rogatorii
4. Echipele comune de investigații

**Tema 6. Transferul procedurilor penale
Unități de conținuturi**

1. Preluarea de către autoritățile centrale ale Republicii Moldova a urmăririi penale și a cauzelor penale aflate în faza judiciară a procesului penal.
2. Procedura de preluare a urmăririi penale.
3. Procedura de preluare a cauzelor penale aflate în faza judiciară a procesului penal.
4. Transmiterea procedurilor represive către autoritățile străine.
5. Efectele transmiterii procedurilor penale.

**Tema 7: Extrădarea din Republica Moldova
Unități de conținuturi**

1. Persoanele pasibile de extrădare și persoanele care nu pot fi extrădate;
2. Refuzul extrădării;
3. Judecarea în lipsa persoanei a cărei extrădare se cere;
4. Cererea de extrădare și actele anexate;
5. Arestul provizoriu. Sesizarea instanței judecătorești.
6. Procedura examinării demersului de extrădare
7. Extrădarea simplificată.
8. Soluționarea cauzei.
9. Predarea persoanei extrădate.
10. Tranzitul.

Tema 8: Solicitarea extrădării de către Republica Moldova

Unități de conținuturi

1. Obligația de a solicita extrădarea;
2. Competența;
3. Actele necesare pentru înaintarea cererii de extrădare a persoanei din Republica Moldova
4. Cererea de arest provizoriu în vederea extrădării;
5. Preluarea și primirea persoanei extrădate;

**Tema 9: Transferul persoanelor condamnate
Unități de conținuturi**

1. Prevederi generale privind transferul persoanelor condamnate;

2. Republica Moldova ca stat de condamnare.
3. Republica Moldova ca stat de executare;
4. Republica Moldova ca stat de tranzit.;

**Tema 10: Recunoașterea hotărârilor penale ale instanțelor
judecătorești străine
Unități de conținuturi**

1. Recunoașterea și executarea hotărârilor penale străine;
2. Executarea hotărârilor penale naționale în străinătate;

Strategii de evaluare

Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea / prezentarea lucrului individual (referate, analiza studiilor de caz, rezolvarea de spețe), aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și pe parcursul semestrului se organizează 2 lucrări de control (testări).

Evaluarea sumativă se va realiza luându-se în considerație evaluările curente (ponderea de 0,6) și evaluarea finală (0,4) care se va materializa într-un examen scris incluzând subiecte componente ale cursului.

Bibliografie

Acte normative naționale:

1. Constituția Republicii Moldova, 29 iulie 1994.
2. Codul Penal al Republicii Moldova nr.985-XV, 18 aprilie 2002.
3. Codul de procedură penală al Republicii Moldova nr.122-XV, din 14 martie 2003.
4. Lege cu privire la asistenta juridică internațională în materie penala nr. 371 - XVI din 01.12.2006 //Monitorul Oficial nr. 14- 17/42 din 02.02.2007 76
5. Legea cetățeniei Republicii Moldova nr.1024-XIV (02.06.2000).
6. Decret pentru aprobarea Regulamentului privind acordarea azilului politic de către Președintele Republicii Moldova nr.1506-III (31.10.2003).
7. Regulamentul cu privire la organizarea activității de asistență juridică internațională a Procuraturii Generale (21.03.2005).
8. Legea Republicii Moldova cu privire la Statutul refugiaților nr.1286-XV (25.06.2002).
9. Legea Republicii Moldova cu privire la poliție, nr.416 din 18.12.1990.
10. Legea Republicii Moldova cu privire la activitatea operativă și de investigații, nr. 727-XIV din 16.12.1999.
11. Legea Republicii Moldova cu privire la securitatea de stat a părții vătămate, martorilor și altor persoane, care au colaborat în procesul penal, nr.1458-XIII din 28.01.1998.

Acte internaționale și regionale

1. Convenția pentru apărarea drepturilor omului și a libertăților fundamentale (4.11.1950).
2. Declarația universală a drepturilor omului (10.12.1948).
3. Convenția europeană de extradare din 13.12.57 //Tratate internaționale 1/318, 1998 și Protocoloalele adiționale acesteia (15.10.1975, 17.03.1978);
4. Convenția europeană de asistență juridică internațională în materie penală (20.04.1959) și Protocolul ei (17.03.1978);

5. Regulile standardelor minimale de tratare a deținuților (1955).
6. Pactul internațional cu privire la drepturile civile și politice (1966).
7. Convenția împotriva torturilor și a altor forme de comportament și pedepse antiumane, crude sau care înjosesc demnitatea omului (1984).
8. Declarația principiilor generale ale justiției pentru victimele infracțiunilor și abuzurilor de putere (1985).
9. Cumulul de principii pentru apărarea tuturor persoanelor reținute sau arestate în orice formă ar fi fost aceasta efectuată (1988).
10. Convenția europeană despre valabilitatea internațională a sentințelor pe cauzele penale (1970).
11. Tratatul între Republica Moldova și Federația Rusă cu privire la asistența juridică și raporturile juridice în materie civilă, familială și penală (25.02.1993).
12. Tratatul între Republica Moldova și Ucraina cu privire la asistența juridică și relațiile juridice în materie civilă și penală (13.12.1993).
13. Tratatul între Republica Moldova și Republica Lituania privind asistența juridică și relațiile de drept în materie civilă, familială și penală (09.02.1993).
14. Tratatul între Republica Moldova și Republica Letonia privind asistența juridică și relațiile de drept în materie civilă, familială și penală (14.04.1993).
15. Tratatul între Republica Moldova și România privind asistența juridică în materie civilă și penală (06.07.1996).
16. Acordul între Republica Moldova și Republica Turcia privind asistența juridică în materie civilă, comercială și penală (22.05.1996).
17. Protocol privind cooperarea între Procuratura Generală a Republicii Moldova și Ministerul Public Român (10.02.2005).
18. Memorandum de colaborare între Procuratura Generală a Republicii Moldova și Biroul Național Antimafia (Italia) pentru combaterea crimei organizate și prevenirii ei (2002).
19. Convenția Națiunilor Unite împotriva criminalității transnaționale organizate (15.11.2000).
20. Convenția europeană privind transferul de proceduri în materie penală (15.05.1972).
21. Convenția europeană privind valoarea internațională a hotărârilor represive (28.05.1970).
22. Convenția europeană privind reprimarea terorismului (27.01.1997). 35. Convenția penală privind corupția (27.01.1999).
23. Convenția europeană asupra transferării persoanelor condamnate (21.03.1983).
24. Convenția privind valoarea internațională a hotărâților represive străine (28.05.1979).

Literatură generală teoretică:

1. Traian Ghindea „Drept penal internațional” București 2000;
2. S.Botnaru, A.Șavga, V.Grosu, M.Grama, Drept penal. Partea generală, vol.I, Editura Cartier juridic, Chișinău 2005.
3. Dolea I, D.Roman, T.Vizdoagă, Iu.Sedlețchi, V.Șterbeț, V.Rotaru, R.Botezatu, S.Ursu, E.Erjâu, Codul de procedură penală. Comentariu, Editura Cartier juridic, Chișinău 2005.
4. S.Ursu, E.Erjâu, Drept procesual penal., Editura Cartier juridic, Chișinău 2005. 42. Gh.Ulianovschi, M.Grama, Extrădarea, Ch.2009.
5. Stănoiu R.-M. „Asistența juridică internațională în materie penală” - București: Academiei, 1975.
6. Bostan G., Lupan O., Mironov V., Nagacevschi V. „Ghid privind aplicarea Convenției CSI cu privire la asistența juridică și raporturile de drept în procesele civile, familiale și penale” - Chișinău: ARC, 2000.
7. Florin Răzvan RADU, Cooperare judiciară internațională și europeană în materie penală. Îndrumar pentru practicieni, Editura Wolters Kluwer, 2009;
8. Mariana CONSTANTINESCU, Georgiana TUDOR, Mandatul european de arestare. Aspecte

- teoretice și practica judiciară , Editura Hamangiu, 2009;
9. Alexandru BOROI, Cooperarea judiciară internațională în materie penală, Editura C.H. Beck, 2008.
 10. Alexandru M. Gurănescu, Extrădarea, Editura Gutenberg, București, 2018.
 11. Traian Alexandrescu, Procedura extrădării, Editura Curierul judiciar, București, 2009.
 12. Geamănu Grigore, Drept internațional penal și instituții internaționale, București, 1977;
 13. Nistoreanu Gh., Apetrei M., Nae L. „Asistența juridică în procesul penal” - București: M. I., 1993.
 14. Dianu T., Protecția penală internațională, București, Lumina Lex., 2014;
 15. Constantin Andronovici, Drept internațional public, vol. I, Editura Graphix, Iași, 1993.
 16. Crețu V., Drept internațional penal, Editura Societății Tempus România, București, 1996.
 17. Зимин В.П. «Международное сотрудничество правоохранительных органов» - Москва: БЕК, 1990.
 18. Илларионов В.П., Путова И.В. «Правовые и организационно-методические аспекты международного розыска преступников» - Москва:Спарк, 1999.
 19. Колибак К. «Выдача обвиняемых и осужденных по международным договорам России» - Москва: БЕК, 2016.
 20. Кузьмина С.С. «Процессуальные проблемы расследования уголовных дел в отношении иностранцев в соответствии с международными договорами» - СПб.: Альфа, 1994.
 21. Милничук В.В. «Институт взаимной правовой помощи по уголовным делам» - Москва: 2011.
 22. Панов В.П. «Международное уголовное право» - Москва: 1997.
 23. Якупов А. Уголовный процесс. Москва, 2004.
 24. Даньшина Л. И., Возбуждение уголовного дела и предварительное расследование в Уголовном процессе России, Москва, 2013.
 25. Рыжаков А. П. Следственные действия и другие способы собирания доказательств. Москва 2011.

ARTICOLE, RAPOARTE

1. Grama M., Extrădarea: Definiție și trăsături esențiale. Surse de reglementare, Analele științifice ale USM, seria științe socioumanistice, Vol.1, Chișinău 2002.
2. Grama M., Tipurile extrădării și instituții apropiate extrădării, Analele științifice ale USM, seria științe socioumanistice, Vol.1, Chișinău 2003.
3. Grama M., Condițiile extrădării, Conferința corpului didactico-științific „Bilanțul activității științifice ale USM în anii 2000-2002», științe socioumanistice, Vol.1, Chișinău 2003.
4. Grama M., Timotin V., Forme de asistență juridică internațională în materie penală, Analele științifice ale USM, seria științe socioumanistice, Vol.1, Chișinău 2004.
5. Grama M., Condițiile de fond ale extrădării, Studia Universitatis. Seria științe socioumanistice, nr.4(14), Chișinău 2008.
6. Căpățână O., Ianculescu D. „Comisiile rogatorii internaționale în materie civilă” //Revista Română de Drept, Nr. 6/1982.
7. Ratea I. „Inadmisibilitatea prezentării materialului de urmărire penală prin comisie rogatorie” // Dreptul, Nr. 4/2001.
8. Mihaela AGHENIȚEI, Extrădare. Competență, Revista de Drept Penal nr. 2/2002; 70. Virgil V. ANDRIEȘ, Ioana Cristina MORAR, Extrădarea activă competență, Revista Drept Penal nr.3/2003, pag.80-84;
9. Mariana BOIER, Extinderea extrădării, Revista de Drept Penal nr. 4/1999;
10. Mircea CRETU, Arestarea provizorie în vederea extrădării, Revista Dreptul nr. 6/2005, pag. 9-12;
11. Cristi V. DĂNILET, Citarea învinutului/inculpatului care locuiește în străinătate, Revista Dreptul nr. 3/2003, pag. 220-225;

12. Vasile DRĂGHICI, Mariana MITRA– Importanța și necesitatea instituției extrădării în lupta împotriva criminalității internaționale, Analele Universității Ovidius Constanța, Seria Drept și Științe Administrative, Vol. 1, Editura Ovidius University Press, Constanța, 2014;
13. Anca-Lelia LORINCZ, Asistența judiciară internațională, Revista Drept Penal nr.1/2012, pag.67-69;
14. Ana LUPULESCU, Nicolae LUPULESCU, Competența organelor judiciare în procedura extrădării, Revista Dreptul nr. 6/2004, pag. 196-204;
15. Nicolae LUPULESCU, Asistența juridică internațională în materie penală, Revista Drept Penal nr.4/2015, pag.70-72;
16. Nicolae LUPULESCU, Extrădarea, Editura Luceafărul, București, 2014.
17. Gheorghită MATEUȚ, Mihaela VASIESCU, Transferul persoanelor condamnate, Revista Drept Penal nr.3/2003, pag.27-40;
18. Ioana Cristina MORAR, „Extrădarea activă. Competențal, Revista Drept Penal nr.3/2003 (articol) – pag.80-84.
19. Ioana Cristina MORAR, Arestarea provizorie în caz de urgență în ipoteza extrădării pasive, Revista Curierul Judiciar nr.3/2007, pag.68-77;
20. Ioana Cristina MORAR, Recunoașterea hotărârii străine de condamnare-motiv opțional de refuz al executării mandatului european de arestare în legislația română. Revista Săptămâna Juridică nr.10 /2010;

RECOMANDĂRI, DECLARAȚII

1. Recomandările Asambleei Generale a ONU referitoare la asistența internațională în domeniul prevenirii criminalității și justiției penale în contextul dezvoltării, Plenara 68 din 14 decembrie 1990.
2. Declarația principiilor și planul de acțiuni a programei ONU în domeniul prevenirii criminalității și justiției penale, adoptată la Plenara 77 din 18 decembrie 1991, Paris.
3. Recomandările Asambleei Generale a ONU referitoare la asistența internațională în domeniul prevenirii criminalității și justiției penale în contextul dezvoltării, Plenara 68 din 14 decembrie 1990.
4. Nota informativă cu privire la activitatea Secției Tratatate și Integritate Europeană din cadrul Direcției Agent Guvernamental și Relații Internaționale prezentată la ședința Colegiului Ministerului Justiției, 29.09.2003.
6. Raport explicativ la Convenția Europeană de asistență juridică în materie penală, [www.conventions.col.lut/treaty/fr/Declare List](http://www.conventions.col.lut/treaty/fr/Declare>List).
- 7 Crime Problems Committe of experts on the in the Penal field. Draft Second Additional convention on Mutual Assistance in Criminal maters, 01. ONU A 55/385.

Criminalitate transfrontalieră

Bazele prevenirii și descoperirii infracțiunilor



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Dreptul afacerilor
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Dr., conf. univ. Ion Țiganaș
Cadre didactice responsabile	
e-mail:	iondrept@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
	5	3	5	56	45		11	

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

În actuala perioadă de timp au loc schimbări radicale în toate ramurile economiei naționale, schimbări care necesită crearea unui cadru juridic adecvat. Totodată, edificarea și consolidarea unui stat de drept și constituirea economiei de piață impun, de asemenea, crearea unui fundament juridic riguros.

La disciplina Drept afacerilor, conform planului de studii sunt prevăzute un număr suficient de prelegeri și seminare, iar pentru evaluarea cunoștințelor se prevede examen. Evaluarea curentă a cunoștințelor se efectuează la seminare la fiecare temă. În plus, studenții urmează să rezolve spețe și susțin testări înaintea sesiunii de examinare.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Scopul primordial al acestui curs este de a familiariza studenții Facultății de Protecție, Pază și Securitate cu aspectele multilaterale și natura juridică a antreprenoriatului. Deasemenea, cursul are menirea de a contribui la formarea unor cunoștințe fundamentale cu privire la raporturile comerciale.

Toate aceste competențe sunt necesare pentru obținerea de către fiecare student a cunoștințelor și deprinderilor profesionale, a procedurilor metodice de analiză a fenomenelor juridice în ansamblul interacțiunii acestora cu alte fenomene social-economice legate de activitatea de pază, protecție și securitate.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- Să definească noțiunea de dreptul afacerilor;
- Să determine obiectivele disciplinei dreptul afacerilor;
- Să numească obiectele disciplinei dreptul afacerilor;
- Să determine condițiile de aplicare a normelor privind dreptul afacerilor;
- Să determine cazurile de încălcare a legislației privind activitatea de întreprinzător;
- Să relateze despre diverse modalități de apărare a drepturilor asociaților.

II. La nivel de aplicare

- Să determine corelația dintre aspectele economice și cele juridice;
- Să descrie procesul de înregistrare a unei societăți comerciale;
- Să determine modul de obținere a licenței pentru desfășurarea unor genuri de activitate;
- Să numească metodele și mijloacele prin care poate fi desfășurată concurența nelocală;
- Să descrie procesul de introducere a capitalului și de fondare a întreprinderilor cu capital străin;
- Să determine etapele de desfășurare a activității burselor de mărfuri și a burselor de valori;
- Să descrie facilitățile fiscale și vamale ale societăților comerciale rezidente ale zonelor economice libere.

III. La nivel de integrare

- Să aprecieze rolul dezvoltării sistemului de impozitare asupra agenților economici;
- Să aprecieze importanța implicării statului în activitățile economice;
- Să elaboreze strategii de dezvoltare a societăților comerciale;
- Să elaboreze o concepție a business-planului de afaceri.

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Introducere în dreptul afacerilor		2		1				1	
2.	Activitatea de întreprinzător		3		2				1	
3.	Subiecții dreptului afacerilor		2		1				1	
4.	Constituirea și funcționarea societăților comerciale		3		1				1	
5.	Regimul juridic al patrimoniului societății comerciale		2		1				0,5	
6.	Reorganizarea și lichidarea societăților comerciale		2		1				0,5	
7.	Societățile de persoane		2		1				0,5	
8.	Societatea cu răspundere limitată		2		1				1	
9.	Societatea pe acțiuni		2		1				1	
10.	Societățile cooperatiste		2		1				0,5	
11.	Întreprinderea de stat și municipală		2		1				0,5	
12.	Structurile și uniunile de persoane		2		1				0,5	
13.	Reglementarea juridică a unor genuri de activitate		2		1				1	
14.	Contractele comerciale		2		1				1	
TOTAL					30				15	
									11	

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Introducere în dreptul afacerilor

1. **Noțiunea dreptului afacerilor.** Corelația dreptului afacerilor cu alte ramuri de drept. Raporturi de comparație dintre dreptul civil și dreptul afacerilor. Delimitarea de alte ramuri de drept.
2. **Obiectul dreptului afacerilor.** Metoda de reglementare. Sistemul dreptului afacerilor. Institutele dreptului afacerilor
3. **Istoria dreptului afacerilor.** Epoca veche. Epoca evolui mediu. Epoca modernă. Epoca contemporană. Dreptul afacerilor în Republica Moldova
4. **Izvoarele dreptului afacerilor.** Actele internaționale. Constituția. Legile organice și ordinare. Actele guvernamentale și departamentale. Practica judiciară. Uzanțele comerciale. Doctrina judiciară
5. **Principiile dreptului afacerilor.** Principiile fundamentale ale dreptului. Principiile interramurale. Principiile ramurale
6. **Tendențe moderne ale dreptului afacerilor.** Dezvoltarea institutului persoanei juridice. Internaționalizarea normelor de drept privat. Intervenția statului în activitatea economică

Tema 2. Activitatea de întreprinzător

1. **Noțiunea activității de întreprinzător.** Definiție și elemente definatorii. Activitate independentă, din proprie inițiativă, în nume propriu, pe risc propriu. Natura juridică a activității de întreprinzător. Genurile activității economice. Activități interzise. Activități monopoliste. Activități supuse licențierii. Activități practicate în baza patentei de întreprinzător. Profesiunile libere. Intervenția statului în activitatea economică
2. **Obligația de a obține licența.** Noțiunea licenței. Autoritățile împuternicite cu funcția de licențiere. Actele necesare pentru eliberarea licenței. Acțiunea licenței în timp și în spațiu. Plata pentru eliberarea licenței. Încetarea acțiunii licenței
3. **Obligația de a ține contabilitatea.** Noțiunea de contabilitate. Actele normative. Ordinea de ținere a evidenței contabile și statistice. Tipurile de evidență contabilă. Documentele justificative, registrele contabile, darea de seamă trimestrială și anuală. Inventarierea. Răspunderea pentru încălcarea modului de ținere a contabilității.
4. **Obligația respectării concurenței loiale.** Noțiunea de concurență. Crearea condițiilor necesare concurenței. Funcțiile concurenței. Instrumentele ce influențează concurența. Actele de concurență neloială. Practici monopoliste. Publicitatea neonestă. Registrul de Stat al întreprinderilor monopoliste. Agenția Națională pentru Protecția Concurenței.
5. **Obligația de a plăti impozitele.** Legislația aplicabilă. Plățile obligatorii în bugetul public național. Clasificarea impozitelor. Importanța impozitării.
6. **Alte obligații.** Respectarea drepturilor și intereselor consumatorilor. Asigurarea protecției mediului ambiant. Respectarea normelor securității muncii. Respectarea normelor de standardizare și sanitare.

Tema 3. Subiecții dreptului afacerilor

1. **Caracteristica generală a subiecților dreptului afacerilor**
2. **Persoana fizică – subiect al dreptului afacerilor. Titularul patentei de întreprinzător**
Modul de eliberare a patentei. Acțiunea patentei în timp și în spațiu. Impozitarea titularului patentei. Activitățile practicate în baza patentei
3. **Întreprinderea individuală.** Fondatorul. Decizia de fondare. Înregistrarea. Activitatea de antreprenariat. Responsabilitatea întreprinderii și a fondatorului pentru obligațiile asumate. Reorganizarea și lichidarea. Deosebirea activității întreprinderii individuale de cea a titularului patentei de întreprinzător
4. **Gospodăria țărănească.** Constituirea și înregistrarea gospodăriei țărănești. Patrimoniul. Răspunderea fondatorilor pentru obligațiile gospodăriei țărănești
5. **Persoana juridică – subiect al dreptului afacerilor.** Persoana juridică de drept privat. Persoana juridică cu scop lucrativ. Persoana juridică cu scop nelucrativ. Statul și autoritățile publice locale – subiecți ai dreptului afacerilor

<p>Tema 4. Constituirea și funcționarea societăților comerciale</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Noțiunea și natura juridică a societăților comerciale. Cauzele care au determinat crearea societăților comerciale și evoluția istorică a acestora. Funcțiile societăților comerciale 2. Formele și clasificarea societăților comerciale. Formele organizatorico-juridice ale societăților comerciale. Criteriile de clasificare a societăților 3. Actul de constituire al societății comerciale. Elaborarea, aprobarea și autentificarea actelor constitutive. Acte constitutive uni-, bi- sau multilaterale. Caracteristica actului constitutiv. Condițiile de valabilitate. Conținutul actului constitutiv 4. Înregistrarea societăților comerciale. Prezentarea documentelor pentru înregistrare. Respingerea cererii. Acceptarea cererii. Datele incluse în Registrul de Stat al Întreprinderilor și Organizațiilor. Eliberarea certificatului de înregistrare. Înregistrarea fiscală, bancară și statistică a societății. Înregistrarea modificărilor la actele constitutive 5. Drepturile și obligațiile asociaților. Drepturile asociaților. Obligațiile asociaților 6. Organele societății comerciale. Organul suprem de decizie. Organul executiv. Organul de control și revizie. Organele facultative
<p>Tema 5. Regimul juridic al patrimoniului societății comerciale</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Noțiunea de patrimoniu. Caracterele juridice ale patrimoniului. Funcțiile patrimoniului 2. Componenta patrimoniului. Clasificarea bunurilor. Criteriile de clasificare 3. Bunurile incorporeale ale societăților comerciale. Denumirea de firmă. Înregistrarea denumirii de firmă. Dreptul exclusiv asupra denumirii firmei. Emblema ca atribut de identitate. Clientele. Vadul comercial. Dreptul de autor și drepturile conexe. Mărcile comerciale. Desenele și modelele industriale. Invențiile. Soiurile de plante și de animale 4. Capitalul social. Noțiunea. Funcțiile capitalului social. Capitalul de rezervă. Formarea capitalului social. Clasificarea aportului la capitalul social. Evaluarea aporturilor nebănești. Modificarea capitalului social. Corelația dintre capitalul social și patrimoniul societății
<p>Tema 6. Reorganizarea și lichidarea societăților comerciale</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Reorganizarea societăților comerciale. Reorganizarea forțată și voluntară. Reorganizarea prin fuziune. Reorganizarea prin dezmembrare. Reorganizarea prin transformare. Decizia privind reorganizarea. Înregistrarea reorganizării la autoritatea competentă. Succesiunea drepturilor și obligațiilor societăților reorganizate. Protecția drepturilor asociaților minoritari și a creditorilor 2. Dizolvarea și lichidarea societăților comerciale. Temeiurile de lichidare. Publicarea avizului de lichidare. Comisia de lichidare și împuternicirile ei. Satisfacerea cerințelor creditorilor. Repartizarea patrimoniului între asociați. Formalitățile de lichidare și de radiere a societății comerciale din Registrul de Stat. Efectele radierii
<p>Tema 7. Societățile de persoane</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Societatea în nume colectiv. Noțiunea și reglementarea juridică. Fondatorii. Actul constitutiv și conținutul său. Înregistrarea de stat. Funcționarea societății. Adoptarea deciziilor. Administrarea societății. Controlul asupra activității. Drepturile și obligațiile asociaților. Responsabilitatea societății și a asociaților. Încetarea activității societății în nume colectiv 2. Societatea în comandită. Noțiunea și reglementarea juridică. Fondatorii. Actul constitutiv și conținutul său. Capitalul social și cotele de participare. Înregistrarea de stat. Funcționarea societății. Adoptarea deciziilor. Administrarea societății. Controlul asupra activității. Drepturile și obligațiile asociaților. Responsabilitatea societății și a asociaților. Încetarea activității societății în comandită
<p>Tema 8. Societatea cu răspundere limitată</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Noțiunea societății cu răspundere limitată 2. Constituirea societății cu răspundere limitată. Fondatorii. Actul constitutiv și cuprinsul său. Capitalul social. Formarea și modificarea capitalului social. Aporturile la capitalul

<p>social. Capitalul de rezervă. Cotele de participare. Cesiunea cotei de participare. Substituirea calității de asociat</p> <p>3. Funcționarea societății cu răspundere limitată. Drepturile și obligațiile asociaților. Excluderea asociaților. Structura organizatorică. Răspunderea societății. Persoanele cu funcții de răspundere. Încetarea activității societății cu răspundere limitată</p>
<p>Tema 9. Societatea pe acțiuni</p> <p>1. Noțiunea și caracteristica generală a societății pe acțiuni. Noțiunea. Statutul juridic al asociației pe acțiuni. Clasificarea societăților pe acțiuni</p> <p>2. Constituirea societății pe acțiuni. Actele constitutive și conținutul lor. Înregistrarea de stat a societății pe acțiuni. Înregistrarea de stat a acțiunilor</p> <p>3. Funcționarea societății pe acțiuni. Acționarii. Drepturile patrimoniale și nepatrimoniale ale acționarilor. Obligațiile acționarilor</p> <p>4. Organele de conducere și control ale societății pe acțiuni. Adunarea generală. Competența adunării generale. Ordinea de zi. Convocarea repetată. Deliberativitatea adunării generale. Dreptul de vot. Hotărârile adunării generale. Consiliul societății. Alegerea și atribuțiile lui. Alegerea președintelui consiliului. Ordinea de convocare a ședințelor. Hotărârile consiliului. Organul executiv al societății. Clasificarea și competența organului executiv. Organul de control și împuternicirile acestuia. Comisia de cenzori. Societatea de audit. Raportul organului de control</p> <p>5. Capitalul social. Formarea inițială a capitalului social. Modificarea capitalului social. Beneficiul societății pe acțiuni</p> <p>6. Valorile mobiliare ale societății pe acțiuni. Acțiunile. Noțiunea și clasificarea acțiunilor. Obligațiunile. Noțiunea și clasificarea obligațiunilor. Înregistrarea de stat a hîrtilor de valoare. Certificatul de acționar. Registrul hîrtilor de valoare. Ordinea de înstrăinare a acțiunilor și obligațiunilor</p>
<p>Tema 10. Societățile cooperatiste</p> <p>1. Noțiunea și esența societății cooperatiste. Definiția și tipurile</p> <p>2. Cooperativa de întreprinzător. Definiția. Constituirea. Fondatorii. Actul de constituire. Înregistrarea de stat. Organele cooperativei. Modul de adoptare și atacare a actelor adoptate de organele cooperativei. Drepturile, obligațiile și răspunderea membrilor. Retragerea din cooperativă, înstrăinarea cotei de participare, excluderea asociaților și primirea noilor asociați. Patrimoniul cooperativei. Formarea și modificarea capitalului social. Capitalul de rezervă. Particularitățile încetării activității cooperativei prin lichidare și reorganizare</p> <p>3. Cooperativa de producție. Particularitățile de constituire. Fondatorii. Actul de constituire. Înregistrarea de stat. Organele interne: adunarea generală, organul executiv, organul de control. Modul de adoptare și atacare a actelor adoptate. Membrii cooperativei. Drepturile, obligațiile și răspunderea membrilor. Retragerea din cooperativă, înstrăinarea cotei de participare, excluderea asociaților și primirea noilor asociați. Patrimoniul cooperativei. Formarea și modificarea capitalului social. Capitalul de rezervă. Particularitățile încetării activității cooperativei prin lichidare și reorganizare</p>
<p>Tema 11. Întreprinderea de stat și municipală</p> <p>1. Întreprinderea de stat. Constituirea. Fondatorul. Actele constitutive. Înregistrarea de stat. Patrimoniul și gestiunea lui. Drepturile asupra bunurilor transmise. Organele interne: fondatorul, consiliul de administrație și managerul. Competența organelor și modul de activitate. Contractul încheiat cu managerul ÎS.</p> <p>2. Întreprinderea municipală. Constituirea. Fondatorul. Actele constitutive. Înregistrarea de stat. Patrimoniul și gestiunea lui. Drepturile asupra bunurilor transmise. Organele interne: fondatorul, consiliul de administrație și managerul. Competența organelor și modul de activitate. Contractul încheiat cu managerul întreprinderii municipale.</p>
<p>Tema 12. Structurile și uniunile de persoane juridice</p> <p>1. Filiala și reprezentanța. Noțiunea și particularitățile juridice. Constituirea.</p>

<p>Administrarea. Patrimoniul. Desființarea.</p> <p>2. Uniunea pe persoane juridice – organizație necomercială. Constituirea. Fondatorii. Actul de constituire. Înregistrarea de stat. Funcționarea. Încetarea activității uniunii. Tipuri de uniuni de persoane: concernul, grupul financiar-industrial, holdingul, trustul, sindicatul, întreprinderea transnațională</p>
<p>Tema 13. Reglementarea juridică a unor genuri de activitate</p> <p>1. Reglementarea juridică a activității bancare. Noțiunea de bancă comercială. Constituire, înregistrare, autorizare. Organele interne. Persoanele cu funcții de răspundere Patrimoniul. Activitățile financiare. Reorganizarea, dizolvarea și lichidarea băncii</p> <p>2. Reglementarea juridică a investițiilor. Investitorii și investițiile. Formele de investitori. Factorii economici care influențează volumul investițiilor. Garanțiile pentru investitori. Întreprinderi cu investiții străine. Reorganizarea întreprinderilor cu investiții străine</p> <p>3. Reglementarea juridică a micilor afaceri. Noțiunea de microîntreprinderi și întreprinderi mici. Forme de organizare juridică. Mecanisme de susținere a micilor afaceri: facilități fiscale, vamale și credite</p> <p>4. Reglementarea juridică a activității de întreprinzător în zonele libere. Noțiunea de zonă liberă. Constituirea. Administrarea. Rezidenții. Regimul vamal, fiscal, valutar al zonei. Garanțiile de stat. Tipuri de ZEL: Expo-Bussines Chișinău, Tvardița, Valkaneș, Taraclia, Otaci-Bussines</p>
<p>Tema 14. Contractele comerciale</p> <p>1. Contractul de vânzare-cumpărare. Noțiunea. Importanța. Caracterele juridice. Părțile. Obiectul. Termenul. Forma. Prețul. Drepturile și obligațiile părților. Formele contractului de vânzare-cumpărare. Încetarea contractului</p> <p>2. Contractul de mandat comercial. Noțiunea. Caracterele juridice. Părțile. Obiectul. Termenul. Forma. Prețul. Drepturile și obligațiile părților. Încetarea contractului</p> <p>3. Contractul de franchising. Noțiunea. Caracterele juridice. Părțile. Obiectul. Termenul. Forma. Prețul. Drepturile și obligațiile părților. Încetarea contractului</p> <p>4. Contractul de factoring. Noțiunea. Caracterele juridice. Părțile. Obiectul. Termenul. Forma. Prețul. Drepturile și obligațiile părților. Încetarea contractului</p> <p>5. Contractul de leasing. Noțiunea. Caracterele juridice. Părțile. Obiectul. Termenul. Forma. Prețul. Drepturile și obligațiile părților. Încetarea contractului</p>
Strategii de evaluare
<p>1. Evaluări sumative periodice</p> <p>2. Evaluarea sumativă finală: examen</p>
Bibliografie
<p>LEGISLAȚIE</p> <p>1. Codul civil al Republicii Moldova</p> <p>2. Legea privind bursele de mărfuri</p> <p>3. Legea privind prețul normativ și modul de vânzare-cumpărare a pământului</p> <p>3. Legea cadastrului bunurilor imobile</p> <p>4. Legea cu privire la protecția consumatorilor</p> <p>5. Legea cu privire la Banca Națională a Moldovei</p> <p>6. Legea instituțiilor financiare</p> <p>7. Legea cu privire la asigurări</p> <p>8. Legea cu privire la franchising</p> <p>9. Legea privind dreptul de autor și drepturile conexe</p> <p>10. Legea privind protecția mărcilor</p> <p>LITERATURA</p> <p>Angheli, S., <i>Drept comercial</i>, București, 2000</p> <p>Baieș, S., Roșca, N., <i>Drept civil. Sceme</i>, Chișinău, 2001</p>

- Cărpenu, S.,** *Drept comercial român*, București, 1998
- Chibac, Gh., Băieșu, A., Rotari, Al., Efrim, O.,** *Drept civil. Contracte speciale*, Chișinău, 2005
- Mihaela, G.,** *Tranzacții bursiere: piețele futures și de opțiuni*, București, 1995
- Romul, P.,** *Drept comercial*, București, 2000
- Roș, V.,** *Dreptul proprietății industriale*, București, 2004
- Roș, V.,** *Dreptul proprietății intelectuale. Dreptul de autor și drepturile conexe*, București, 2005
- Roșca, N., Baieș, S.,** *Dreptul afacerilor. Sceme*, Chișinău, 2001
- Roșca, N., Baieș, S.,** *Dreptul afacerilor. Vol. II*, Chișinău, 2006
- Toader, C.,** *Maniual de contracte civile speciale*, București, 2000
- Витрянский, В.,** *Договор купли-продажи*, Москва, 2000
- Ершова, И.,** *Предпринимательское право*, Москва, 1999
- Лаптев, В.,** *Акционерное право*, Москва, 1999
- Сергеев А.,** *Право интеллектуальной собственности в Российской Федерации*. М., 2005
- Тарасов, И.,** *Учение об акционерных компаниях*, Москва, 2007



Universitatea de Stat
de Educație Fizică și Sport

or. Chișinău, Republica Moldova
str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024
www.usefs.md
tel.: 022 49-40-81

FIȘA CURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		<i>Securitate civila si publica</i>					
Denumirea cursului		SECURITATEA ECONOMICA					
Titularul cursului		ANTOSCIUC IRINA/ARMEANIC ALEXANDRU					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 05 A. 42	Anul	II	Semestrul	III
Nr. credite	3	Limbade instruire	Româna/Rusa	Formadeevaluare			Ex.
Oredecontact direct		90	Studiu individual	90	Totalorepe semestru		180
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	PPS	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail		Total	C	S	L/P	LI	
		180	30	30	30	90	
Nota de prezentare	<p>Cursul Securitatea economica reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculumul actual de studiu.</p> <p>Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.</p> <p>În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării social-economice.</p> <p>Disciplina Securitatea economica este o parte componentă a sistemului general de pregătire a studenților, făcând parte din grupul științelor sociale, politice, juridice etc.</p> <p>Cursul reprezintă o lucrare cu caracter științific, cu multiple valențe didactice, care – prin conținut și formă – se adresează nu numai studenților USEFS de la specialitatea „Protecție, paza și securitate”, dar și cercului de specialiști din domeniul securității.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologice și sistematice.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p>						

	<p>Înconformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. IV, 180 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 6 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în PPS.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale:</p> <p>Scopul disciplinei este de a forma la studenți o gândire economică riguroasă orientată spre eficientizarea utilizării resurselor, spre o contabilitate care să reflecte fidel, complet și clar mișcările și starea patrimoniului, cât și protecția acestuia.</p> <p>Din această perspectivă, cursul încearcă să ofere soluții pentru o gestionare mai reușită a organizațiilor care își desfășoară activitatea în domeniul Pază, Protecție și Securitate. Aplicațiile practice ce vor fi rezolvate în cadrul seminarelor vor avea ca obiectiv o mai bună înțelegere a materialului expus la orele de curs. Studiile de caz ce vor fi supuse analizei studenților vor testa abilitatea acestora de a prelucra informațiile economice disponibile despre securitatea economică care are loc într-o entitate economică, precum și modul în care aceasta este valorificată în recomandări, sugestii de perfecționare a contabilității și de luare a deciziilor corecte.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>La nivel de cunoaștere studenții trebuie:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să cunoască și să utilizeze adecvat noțiunile specifice disciplinei, Securitatea economică • să delimiteze clare securitatea economică • să cunoască subiecții și obiectele în cadrul unei entități economice • să identifice și să înțeleagă amenințările la adresa entității economice • să înțeleagă esența formării serviciului de pază în baza contractuală la nivel economic • să cunoască securitatea muncii și sănătății în cadrul unei întreprinderi <p>La nivel de aplicare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să facă o analiză și să explice conceptul de securitate economică • să participe la dezbaterile problemelor privind securitatea economică • să explice modul de funcționare a sistemului de securitate • să cunoască modul de stabilire a punctelor economice vulnerabile • să interpreteze informațiile din documentele specifice evidenței serviciului • să explice securitatea personalului în entitatea economică, managementul conflictelor <p>La nivel de integrare:</p> <ul style="list-style-type: none"> • să posede o gândire economică necesară studiului proceselor economice securitate • să înțeleagă securitatea economică • să realizeze legătura între securitatea statului și cea privată • să fie capabil de a transpune în practică cunoștințele dobândite în cadrul cursului • să demonstreze abilități de utilizare a tehnicilor moderne de asigurare a securității economice • să descrie principalele tipuri de sisteme de securitate • să întocmească planul unui sistem de securitate în dependența de punctele
<p>Repartizarea orelor de curs</p>	
	<p>Numărul de ore</p>

	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Total	Curs	Seminar	L	LI
Tematica și repartizarea orelor la curs/modul	1	Aspecte juridice ale entitati economice	12	2	2	2	6
	2	Abordări conceptuale privind securitatea privată și cea de stat	12	2	2	2	6
	3	Conceptul de securitate economica	12	2	2	2	6
	4	Subiectii protecției în cadrul unei entitati economice	12	2	2	2	6
	5	Obiectele protecției în cadrul unei entitati economice	12	2	2	2	6
	6	Amenințările la adresa entitatii economice: concept, tipologie, caracteristici	12	2	2	2	6
	7	Securitatea economica componenta a managementului organizațional. Securitatea perimetrală	24	4	4	4	12
	8	Formarea serviciului de paza în baza contractuala la nivelul entitati economice	12	2	2	2	6
	9	Documentele specifice evidenței viciului de pază	12	2	2	2	6
	10	Secretul comercial bancar și cel de serviciu în cadrul unei întreprinderi	12	2	2	2	6
	11	Securitatea personalului economica. Managementul soluționării conflictelor	12	2	2	2	6
	12	Securitatea muncii și sănătății în cadrul unei întreprinderi	12	2	2	2	6
	13	Securitatea antiincendiară a entitati economice	12	2	2	2	6
	14	Tendințe si tehnici moderne de asigurare a securității economica	12	2	2	2	6
		TOTAL		180	30	30	30
Strategii de predare& învățare în cadrulcursului/modul ului	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p> <p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>						

<p>Strategiideevaluare</p>	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apți să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>											
<p>Stabilireanoteifinale(p ondereaexprimatăîn %)</p>	<table border="1"> <tr> <td>Notafinală</td> <td>100%</td> </tr> <tr> <td>Notapentruevaluareaafinală</td> <td>40%</td> </tr> <tr> <td>Notaevaluareacurentă</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare</td> <td>20%</td> </tr> <tr> <td>Notalucruluiindividual</td> <td>20%</td> </tr> </table>	Notafinală	100%	Notapentruevaluareaafinală	40%	Notaevaluareacurentă	20%	Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%	Notalucruluiindividual	20%	
Notafinală	100%											
Notapentruevaluareaafinală	40%											
Notaevaluareacurentă	20%											
Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%											
Notalucruluiindividual	20%											
<p>Referințe bibliografice</p>	<p>Acte normative naționale</p> <ul style="list-style-type: none"> -Constituția Republicii Moldova , -Legea cu privire la antreprenoriat si intreprinderi(Nr. 845 din 03.01.1992) LP257 din 16.12.20, MO353-357/22.12.20 art.288; învigoare 01.05.21 -LEGE Nr. 160 din 22-07-2011 privindreglementareaprinautorizarea activității de întreprinzătorLP143 din 16.07.20, MO199-204/07.08.20 art.418; învigoare 07.02.21 -LEGE Nr. 235 din 20-07-2006 cu privire la principiile de bază dereglementare a activității de întreprinzător <u>LP140 din 27.07.18 MO 309-320 din 17.08.18 art. 478.</u> -LEGE Nr. 133 din 08-07-2011 privindprotecțiadatelor cu caracter personalLP124 din 09.07.20, MO188-192/24.07.20 art.364; învigoare 24.08.20 -Legea Republicii Moldova nr.982-XIV din 11.05.2000 privind accesul la informațieLP143 din 19.07.18. MO309-320/17.08.18 art.482: -LEGE Nr. 91 din 27-06-2014 privindsemnăturaelectronicășidocumentul electronicLP317 din 30.11.18, MO1-5/04.01.19 art.40; învigoare 04.02.19 -Legea Republicii Moldova nr. 284-XV din 22.07.2004 privind comerțul electronic. <p>Literatură generală teoretică:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Экономическая и банковская безопасность Н.Г. Краюшенко Москва 1998 г. -Система безопасности фирмы Ярочкин В.И. 2003 г. -Комплексное обеспечение безопасности банка, фирмы А.А. Драга Москва 1998 -Безопасность бизнесмена и бизнеса А.Е. Тарас. Минск 1996 г. -Руководство по безопасности бизнеса Мур Алек, Хиарнден Кейт Москва 1998 г. 											

- Бизнес и безопасность В.Н. Черкасов Москва 2001 г.
- Безопасность предпринимательской деятельности А.В.. Крысин Москва 1996 г.
- Методология и практика информационно-аналитического обеспечения предпринимательскими рисками Москва 2003 г
- Служба безопасности предприятия Василий Мак-Мак Москва 1999
- "Разведывательное и контрразведывательное обеспечение финансово-хозяйственной деятельности предприятия." А.И.Доронин Москва 2000 г.
- Конкурентная разведка Н.Р. Ромачев, И.Ю. Нежданов Москва 2007 г.
- Правовые и организационные основы защиты коммерческой тайны. А.Г. Брединский, Кишинев 2007 г.
- А.А. Драга. Комплексное обеспечение безопасности фирмы. М., "Арсин Лтд", 1996 г.
- А.А. Драга. Охрана грузов. М., "Арсин Лтд", 1997 г.
- Мак-Мак В.П., Савелий М.Ф. Научно-практический комментарий к Закону о частной детективной и охранной деятельности в Российской Федерации. М., Юристь, 1997
- С.Ю. Журавлев. Частная охрана. М., 1994 г., стр. 214-225.
- Инкассаторы. Частный сыск Охрана Безопасность. М., № 2 - 1995 г., стр. 48-52.
- М.Павлов. Ваша служба безопасности. Безопасность Достоверность Информация. М., № 1 - 1995 г., стр. 7-9.
- Л.М. Сюкаев. Год со службой безопасности. Частный сыск Охрана Безопасность. М., № 4 - 1995 г., стр. 7-12.



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Pregătirea de foc
Facultatea responsabilă	 Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	 Protecție, Pază și Securitate
Titular de curs	Alexei Vișnevschi
Cadre didactice responsabile	Andrei Nastas; Alexei Vișnevschi; Tamara Vișnevschi
e-mail:	a.vishnevski@mail.ru

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 05 O. 046	4	III	V	120	60	20	60	100

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina „Pregătirea de foc”, se adresează studenților USEFS din anul III care au cuprins în planul de învățământ aceste discipline didactice, dar și specialiștilor interesați de problemele specifice în domeniul securității.

Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul securității. Cursul „Pregătirea de foc” reprezintă un component de bază al disciplinei de specializare.

Misiunea cursului este orientată ca studenții la disciplina respectivă să cunoască armamentul, învață principiile și regulile de tragere, își formează deprinderi privind tehnica folosirii armamentului în diferite condiții de serviciu, se formează ca organizatori și conducători al instrucției tragerii în cadrul pregătiri profesionale al colaboratorilor serviciilor de protecție, pază și securitate.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului				
Finalități de studii				
I. La nivel de cunoaștere				
<ul style="list-style-type: none"> - Să definească, să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu. - Să cunoască forme, metode și procedee de organizare și desfășurare a pregătirii militarilor, colaboratorilor, sportivilor la instrucția tragerii . - Să cunoască succesiunea activităților desfășurate de conducătorii de subunități în vederea pregătirii ședințelor de instrucția tragerii. - Să cunoască scheme operaționale (algoritmi) pentru transmiterea cunoștințelor și formarea deprinderilor de trăgător. - Să cunoască la perfecție armamentul din dotare și muniția folosită. - Să cunoască regulile de întreținere și păstrare a armamentului. - Să cunoască reguli de tragere. - Să cunoască măsurile de siguranță la mânăirea armei de foc și pe timpul executării tragerilor. - Să cunoască metodica organizării ședințelor individuale de tragere de instrucție și de luptă. 				
II. La nivel de aplicare				
<ul style="list-style-type: none"> - să analizeze, să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează activitatea specialistului în domeniul instrucției tragerii. - Să execute operațiunile pentru tragere. - Să execute activitățile în vederea pregătirii ședințelor de instrucția tragerii ca conducător. 				
III. La nivel de integrare				
<ul style="list-style-type: none"> - Să organizeze și desfășoare ședințele de prezentare și cunoaștere a armamentului și principiilor de tragere. - Să organizeze și desfășoare ședințele individuale de tragere de instrucție și de luptă. - Să elaboreze materiale metodice și se organizeze lucrul științific. - Să organizeze și desfășoare competiții sportive la tir. 				
Precondiții				
Repartizarea orelor de curs				
№	Unități de conținut	Total	Ore de contact direct	Ore de

		ore	Curs		Seminar		Laborator		lucru individual	
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R
	Introducerea în cursul „Pregătirea de foc”.	1	1							4
1.	Bazele metodice și organizatorice al instrucției tragerii.	6	4	2	2	2			12	20
2.	Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului 9mm Glock-17(19), (PM, Baikal-442).	6	2	2	2		2	2	9	18
3.	Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea carabinei cal. 7,62 mm AKMC-MF1 (AKM), carabinei cal 5,45 mm AKC-74-MF (AK-74).	6	2		2		2	2	9	18
4.	Bazele juridice aplicării și folosirii armei de foc de către colaboratorii organelor de drept și serviciilor de protecție, pază și securitate.	4	2	2	2	2			10	20
5.	Regulile și procedeele de tragere, operațiuni pentru tragere cu pistol.	6	2		2		2		10	10
6.	Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere cu pistol.	6			2		4	1		
7.	Regulile și procedeele de tragere, operațiuni pentru tragere cu carabină (pistol-mitralieră).	6	2		2		2		10	10
8.	Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere cu carabină (pistol-mitralieră).	3			1		2	1		
9.	Trageri practice cu pistol: 1. Tragerea practică cu pistol: trageri inițiale (probă). 2. Tragerea practică cu pistol: poziția pentru luptă în picioare. 3. Tragerea practică cu pistol: pozițiile inițiale pentru tragere. 4. Tragerea practică cu pistol: din diferite poziții de tragere asupra obiectivului grupat. 5. Tragerea practică cu pistol: în situații tactice cu folosirea acoperirii.	10					10	2		
10.	Trageri practice cu carabină (pistol-mitraliera): 1. Tragerea practică cu carabina: de reglare și probă. 2. Tragerea practică cu carabina: pozițiile inițiale de tragere. 3. Tragerea practică cu carabina: în situații tactice cu folosirea	6					6	2		

acoperirii.									
TOTAL	60	15	6	15	4	30	10	60	100

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Introducerea în cursul „ Pregătirea de foc”.

- Rolul și importanța instrucției tragerii în cadrul pregătirii de foc.
- Rolul și importanța pregătirii de foc a colaboratorilor organelor de drept și serviciilor de protecție, pază și securitate în cadrul pregătirii profesionale.
- Cunoștințele și deprinderile de bază necesare unui trăgător cu armamentul de infanterie.

Tema 2. Bazele metodice și organizatorice al instrucției tragerii.

- Cercetarea științifică a conceptului de tragere în literatura de specialitate.
- Rolul și importanța instrucției tragerii în cadrul pregătirii de foc.
- Dispoziții metodice generale cu privire la organizarea instrucției tragerii.
- Metode și procedee de bază folosite pentru pregătirea colaboratorilor în cadrul instrucției tragerii.

Tema 3. Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului cal.9 mm Glock – 17(19), (PM, Baikal-442).

- Regulile de siguranță.
- Nomenclatura:
- Caracteristicile tactico-tehnice.
- Partea exterioară.
- Partea interioară.
- Regulile de întreținere:
- Controlul și verificarea armei.
- Portul armei.
- Demontarea pistolului.
- Curățirea și ungerea pistolului.
- Montarea după demontarea pistolului.
- Regulile de trageri cu pistolul:
- Ochirea;
- Poziția creștăturii pe țintă;
- Mânuirea trăgaciului;
- Poziția pentru executarea tragerii;
- Poziția pistolului în mână;
- Acțiunile în continui;
- Respirația.
- Măsurile de siguranță pe timpul mânuirii armei și în poligon.

Tema 4. Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea carabinei cal. 7,62 mm AKMC-MF1 (AKM), carabinei cal 5,45 mm AKC-74-MF (AK-74).

- Regulile de siguranță.
- Nomenclatura:
- Caracteristicile tactico-tehnice.
- Partea exterioară.
- Partea interioară.
- Regulile de întreținere:
- Controlul și verificarea armei.
- Portul armei.
- Demontarea carabinei, pistolului-mitralieră și puștii automată.

- Curățirea și ungerea carabinei, pistolului-mitralieră și puștii automată.
- Montarea după demontarea carabinei, pistolului-mitralieră și puștii automată.
- Regulile de trageri cu carabină, pistolul-mitralieră și pușca automată:
- Ochirea;
- Poziția creștăturii pe țintă;
- Mânuirea trăgaciului;
- Poziția pentru executarea tragerii;
- Poziția carabinei (pistolului-mitralieră) în umăr și mâni;
- Acțiunile în continuu;
- Respirația.
- Măsurile de siguranță pe timpul mînuirii armei și în poligon.

Tema 5. Bazele juridice aplicării și folosirii armei de foc de către colaboratorii organelor de drept și serviciilor de protecție, pază și securitate.

- Legea privind regimul armelor și al munițiilor cu destinație civilă (Nr.130 din 08.07.2012).
 - Noțiuni principale;
 - Limitele de aplicare a armei;
 - Obligații în cazul aplicării armei.
- Legea privind modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc (Nr.218 din 19.10.2012).
 - Noțiuni generale;
 - Subiecții prezentei legi;
 - Condițiile aplicării forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc;
 - Aplicarea armelor de foc;
 - Temeiul aplicării armelor de foc;
 - Ordinea aplicării armelor de foc;
 - Restricții la aplicarea armelor de foc;
 - Folosirea armelor de foc;
 - Aplicarea armelor de foc la restabilirea ordinii publice;
 - Răspunderea în cazul aplicării forței fizice, a mijloacelor speciale și armei de foc.
- Legea privind activitatea particulară de detectivi și de pază (Nr.283 din 04.07.2003).
 - Condițiile de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armei de foc ;
 - Aplicarea armei de foc.
- Statutul serviciului de patrulare și santinelă al poliției (Aprobat prin ord.157 din 26.07.1994).

Tema 6. Regulile și procedeele de tragere, operațiuni pentru tragere cu pistol.

- Regulile de tragere;
- Caracteristicile obiectivelor;
- Regulile și procedeele de tragere asupra obiectivelor;
- Operațiunile pentru tragere cu pistol.

Tema 7. Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere cu pistol.

- Pregătirea pentru tragere (încărcarea pistolului, luarea poziției de tragere);
- Executarea tragerii (ochirea, apăsarea pe trăgaci);
- Încetarea tragerii (încetarea apăsării pe trăgaci, punerea piedicii de siguranță, adică trecerea ei în poziția „sigur”, descărcarea pistolului).

Tema 8. Regulile și procedeele de tragere, operațiuni pentru tragere cu carabină (pistol-mitralieră).

- Regulile de tragere;

- Caracteristicile obiectivelor;
- Regulile și procedeele de tragere asupra obiectivelor;
- Operațiunile pentru tragere cu carabină și pistolul mitralieră;

Tema 9. Pregătirea studenților în vederea executării ședinței individuale de tragere cu carabină (pistol-mitralieră).

- Pregătirea pentru tragere (încărcarea carabinei, luarea poziției de tragere);
- Executarea tragerii (ochirea, apăsarea pe trăgaci);
- Încetarea tragerii (încetarea apăsării pe trăgaci, punerea piedicii de siguranță, adică trecerea ei în poziția „sigur”, descărcarea carabinei).

Tema 10. Trageri practice cu pistol:

1. Tragerea practică cu pistol: trageri inițiale (probă).
2. Tragerea practică cu pistol: poziția pentru luptă în picioare.
3. Tragerea practică cu pistol: pozițiile inițiale pentru tragere.
4. Tragerea practică cu pistol: din diferite poziții de tragere asupra obiectivului grupat.
5. Tragerea practică cu pistol: în situații tactice cu folosirea acoperirii.

Tema 11. Trageri practice cu carabină (pistol-mitraliera):

1. Tragerea practică cu carabina: de reglare și probă.
2. Tragerea practică cu carabina: pozițiile inițiale de tragere.
3. Tragerea practică cu carabina: în situații tactice cu folosirea acoperirii.

Strategii de evaluare

Evaluarea curentă:

Mostra 1

Lucrare de testare la tema nr. 4,5

1. Definiți noțiunea pistolul 9 mm Glock-17. **(5 puncte)** (определение)
2. Definiți principiul de funcționare. **(5 puncte)** (принцип работы)
3. Determinați denumirea pieselor conform numerotației. **(11 puncte)**



4. Determinați piesele și mecanismele principale a pistolului. **(10 puncte)**

5. Numiți caracteristicile dimensionale și de greutate ale pistolului 9 mm Glock-17. **(12 puncte)**

- 1) Greutatea pistolului cu încărcător fără cartușe (вес без патронов)
- 2) Greutatea pistolului cu încărcătorul încărcat cu cartușe (вес с патронами)
- 3) Lungimea pistolului (длина)
- 4) Înălțimea pistolului (высота)
- 5) Lungimea țevii (длина ствола)
- 6) Calibrul țevii (калибр)
- 7) Numărul ghinturilor (число нарезов)
- 8) Capacitatea încărcătorului (емкость магазина)
- 9) Numărul de siguranțe (количество предохранителей)
- 10) Greutatea glonțului (вес пули)
- 11) Cadența practică de tragere (viteza de tragere)(скорострельность)
- 12) Viteza inițială a glonțului (начальная скорость полета пули)

6. Definiți noțiunea carabinei cal. 7,62 mm AKMS-MF1. **(5 puncte)**

7. Definiți principiul de funcționare. **(5 puncte)**

8. Determinați piesele și mecanismele principale a carabinei. **(13 puncte)**(назовите)

9. Numiți caracteristicile dimensionale și de greutate ale carabinei cal. 7,62 mm AKMS-MF1. **(14 puncte)**

- 1) Distanța de tragere după înălțător, m (прицельная дальность)
- 2) Distanța pînă la care se păstrează efectul omorîtor al glonțului, m (убойное действие)
- 3) Distanța maximă la care ajunge glonțul, m (дальность полета пули)
- 4) Cadența de tragere, lov/min (скорострельность)
- 5) Viteza inițială a glonțului, m/s (начальная скорость полета пули)
- 6) Greutatea carabinului:
 - cu încărcătorul neîncărcat, kg (вес с неснаряженным магазином)

- cu încărcătorul încărcat, kg (вес с снаряженным магазином)
- 7) Capacitatea încărcătorului, buc (емкость магазина)
- 8) Lungimea carabinului, mm (длина)
 - cu patul rabatabil cînd patul este strîns (сложенным прикладом)
 - cu patul rabatat (с разложенным прикладом)
- 9) Înălțimea carabinului, mm (высота)
- 10) Lungimea țevii, mm (длина ствола)
- 11) Calibrul țevii, mm (калибр)
- 12) Numărul ginturilor (количество нарезов)
- 13) Lățimea carabinului, mm
 - cu patul rabatabil cînd patul este strîns (ширина со сложеным прикладом)
 - cu patul rabatat (ширина с разложенным прикладом)
- 14) Forța de declanșare a trăgaciului, kg (усилие спуска)

Evaluarea: nota **10** – 80 puncte; nota **9** – 70-79 puncte; nota **8** – 63-69 puncte; nota **7** – 53-62 puncte; nota **6** – 46-52 puncte; nota **5** – 39-45 puncte; nota **4** – 32-38 puncte; nota **3** – 25-31 puncte; nota **2** – 18-24 puncte; nota **1** – 10-17 puncte.

Data îndeplinirii: „_____” _____ 2021

Grupa _____

A îndeplinit : _____

Puncte _____

A verificat: _____

Nota _____

Evaluarea finală:

Examenul se desfășoară în scris sau oral, în formă de test.

Mostra 2

UNIVERSITATEA DE STAT DE EDUCAȚIE FIZICĂ ȘI SPORT
FACULTEA DE PROTECȚIE, PAZĂ ȘI SECURITATE
Catedra Protecție, Pază și Securitate

Anul universitar _____

Aprobat: _____

Șef Catedrei Protecție, Pază și Securitate
Sergiu Cernomoreț, dr. în drept, conf. universitar

Testul nr. 1

pentru evaluarea finală (examen) la disciplina:

„Pregătirea de foc”

Subiectul 1. Cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului 9mm Glock-17 (PM, Baikal-442).

1.1.	Definiți noțiunea - pistol cal. 9 mm Makarov (PM).	3 puncte	
1.2.	Determinați piesele și mecanismele principale al pistolului cal. 9 mm Baikal-442.	5 puncte	
1.3.	Analizați părțile componente al cartușului pentru pistol 9 mm Glock.	7 puncte	

Subiectul 2. Bazele juridice aplicării și folosirii armei de foc de către colaboratorii organelor de drept și serviciilor de protecție, pază și securitate.

2.1.	Definiți noțiunea - pericolul aplicării armei de foc ?	3 puncte	
2.2.	Numiți și analizați subiecții legii PM nr. 218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc ?	5 puncte	
2.3.	Analizați - Aplicarea armelor de foc la restabilirea ordinii publice ?	7 puncte	

Subiectul 3. Bazele metodice și organizatorice al instrucției tragerii.

3.1.	Definiți și analizați metoda – exersarea.	3 puncte	
3.2.	Determinați ce trebuie să facă posibilă însușirea.	5 puncte	
3.3.	Analizați componentele pregătiri temeinice a colaboratorilor în vederea executării tragerilor cu armamentul de infanterie.	7 puncte	

Punctajul	0-8	9-12	13-17	18-21	22-26	27-28	29-31	32-35	36-40	41-45
Nota	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Data _____

Examinator: _____ /A.Vișnevschi, asist. univ./

3. Evaluarea sumativă se va realiza luându-se în considerație evaluările curente (ponderea de 0,6) și evaluarea finală (0,4) – pentru ciclul de zi evaluările curente (ponderea de 0,5) și evaluarea finală (0,5) – pentru ciclul frecvență redusă .

Bibliografie

1. Acte normative: *a) internaționale și regionale*

1. Declarația Universală a Drepturilor Omului din 10 .11.1948.
2. Pactul internațional cu privire la drepturile civile și politice din 16.12.1966.
3. Convenția europeană pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale din 04.11.1950

b) legi organice ale Republicii Moldova

1. Constituția Republicii Moldova adoptată la 29.07.1994 cu modificările și completările

ulterioare.

2. Codul de procedură penală al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.122-XIV din 14.03.2003 cu modificările și completările ulterioare.
3. Codul penal al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.985-XV din 18.04.2002, cu modificările și completările ulterioare.
4. Codul contravențional al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.218-XVI din 24.10.2008.
5. Legea nr.618-XIII din 31.10.1995 „Cu privire la securitatea statului” cu modificările și completările ulterioare.
6. Legea nr.753-XIV din 23.12.1999 „Cu privire la serviciul de informații și securitate” cu modificările și completările ulterioare.
7. Legea nr.1457-XIII din 28.01.1998 „Cu privire la serviciul de protecție și pază de stat” cu modificările și completările ulterioare.
8. Legea nr.1104-XV din 06.06.2002 „Cu privire la Centrul pentru Combaterea Crimelor Economice și Corupției” cu modificările și completările ulterioare.
9. Legea nr.283-XV din 04.07.2003 „Cu privire la activitatea particulară de detectiv și pază” cu modificările și completările ulterioare.
10. Legea nr.1101-XIII din 06.02.1997 „Cu privire la gărzile populare” cu modificările și completările ulterioare.
11. Legea nr. 130 din 08.07.2012 privind regimul armelor și al munițiilor cu destinație civilă.
12. Legea nr.218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc.
13. Legea nr. 806-XII din 12.12.1991 cu privire la trupele de carabinieri (trupele interne) ale MAI.

2. Literatură de specialitate:

1. **A.VIȘNEVSCHI** Instrucțiuni pentru cunoașterea, întrebuințarea și întreținerea pistolului 9mm MAKAROV (PM). Chișinău-2003.
3. **V.A. ТОРОПОВ** Огневая подготовка. Санкт-Петербург- 2000.
4. **Н.Ф. ГЕРЕЛА, Г.А. ГРИГОРЬЕВА** Огневая подготовка сотрудников служб безопасности и охранных предприятий. Санкт-Петербург – 2003.
5. **А.М. БУРАКОВ** Подготовка общественных тренеров и инструкторов по пулевой стрельбе. Москва – 1987.
6. **В.А. Кинль** Пулевая стрельба. Москва – 1989.
7. **Ф.Я. Корх** Спортивная стрельба. Москва. Физкультура и спорт.1987.
8. Manual pentru instrucția tragerii cu armamentul de infanterie. București-1993.
9. Metodica instrucției tragerii cu armamentul de infanterie. București-1988.
10. Regulamentul tragerii cu armament de infanterie. Chișinău-2004.
11. Regulamentul tragerilor cu armamentul de infanterie și de pe mașinile de luptă (R.T.A.I. și M.L. -2000). Chișinău-2001.

3. Resursă internet:

1. [Legea nr.130 din 08.07.2012 cu privire la regimul armelor si munițiilor cu destinație civilă;](#)
2. [Legea nr.218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a fortei fizice, a mijloacelor speciale și a armelor de foc;](#)
3. [Legea nr.283-XV din 04.07.2003 privind activitatea particulară de detectiv si de pază;](#)



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Garda de corp
Facultatea responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Protecție, Pază și Securitate
Titular de curs	Boeștean Constantin
Cadre didactice responsabile	Boeștean Constantin
e-mail:	boestean@gmail.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S 05 O. 44		III	5	215	155		60	
S 05 O. 52	120	III	5	120		20		100

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina de studiu Garda de corp se prezintă în calitate de disciplină fundamentală la Facultatea Protecție, Pază și Securitate, necesară de a fi studiată și cunoscută de orice specialist în serviciile specializate de protecție, pază și securitate.

Studentii Facultății Protecție, Pază și Securitate și toți cei interesați potrivit acestei programe pot afla despre tendințele de dezvoltare ale domeniului securității persoanei protejate la etapa actuală, precum și despre organizarea acestui sistem, competența agenților de securitate, categoriile de contramăsuri de protecție, exercitarea procedurilor de asigurare a securității persoanei protejate, finalizând cu protecția persoanei VIP în timpul deplasării cu automobilul.

Această disciplină de studiu prezintă interes pentru toți studenții care urmează să desfășoare activitate de agent, inspector (specialist) în serviciile specializate de protecție, pază și securitate, atât la întreprinderile, organizațiile, instituțiile private, inclusiv în băncile comerciale, cât și în cele de stat.

Studierea integrală a tuturor instituțiilor **domeniului Garda de corp** se realizează prin studiarea unei bibliografii selectivă, care include acte normative, literatură de specialitate din Republica Moldova, dar și din alte state, inclusiv manuale, monografii, articole etc., indicate în conotațiile bibliografice finale.

La predarea disciplinei se ține cont de faptul că aceasta este destinată studenților care deja au cunoștințe în unele subramuri ale securității care au tangențe cu securitatea persoanelor VIP.

De aceea, ei vor fi antrenați activ în cercetări și discuții atât pe parcursul cursurilor, cât și a seminarelor, combinând aspectele teoretice cu cele practico-aplicative, apelând la informațiile obținute în cadrul altor discipline, examinând situații din practica organelor de securitate a Republicii Moldova, dar și a altor state. Pe parcursul predării disciplinei se va pune accentul pe acele noțiuni și instituții ale materiei, care să stimuleze interesul studenților și să-i determine spre o pregătire fundamentală în vederea formării specialiștilor de înaltă calificare în domeniul Garda de corp .

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Competențe generice:

- Abilitatea de autoinstruire.
- Favorizarea soluționării problemelor prin colaborare.
- Dezvoltarea abilităților decizionale.

Competențe specifice:

- xvi. să demonstreze cunoașterea instituțiilor fundamentale specifice domeniului securității persoanei protejate;
- xvii. să aplice regulile de conduită a gărzii de corp la securitatea persoanei protejate (să aducă în concordanță activitatea practică cu normele juridice);
- xviii. să aprecieze corect diverse situații în baza cunoștințelor obținute;
- xix. să demonstreze capacitatea de a lua decizii la nivele operaționale și tactice;
- xx. să evalueze locul și rolul gărzii de corp din perspectiva propriei specialități.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- xi. să identifice principiile, elementele și rolul disciplinei Securității persoanei protejate în sistemul de securitate a statului;
- xii. să determine cercul de subiecte la care se aplică normele din domeniul securității persoanei protejate;
- xiii. să descrie sistemul și modul de activitate a organelor de securitate protejate;
- iv. să relateze despre mecanismele de funcționare a gărzii de corp;
- xv. să determine fundamentele teoretice ale noțiunilor securității persoanei protejate: pericolele, filarea, contra-filarea, perimetre de protecție, ambuscade.

II. La nivel de aplicare

- vi. să evidențieze și să clasifice, după anumite criterii, diferite noțiuni și categorii specifice domeniului securității persoanei protejate;
- vii. să stabilească gradul de interacțiune dintre diferite elemente ale contramăsurilor de protecție;
- viii. să explice principalele cauze ale asasinatelor și metodelor de atac;
- ix. să interpreteze corect normele ce reglementează domeniul securității persoanei protejate și să utilizeze actele normative la confruntarea cu situații din domeniu respectiv.

III. La nivel de integrare

- x. să aprecieze tendințele legislației în ceea ce privește reglementarea statutului securității persoanei protejate;
- xi. să identifice problemele existente în ceea ce privește formele, metodele și alte mecanisme juridice de realizare a activității gărzii de corp;
- xii. să evalueze și să înainteze propuneri în direcția perfecționării gărzii de corp;
- xiii. să determine și să stabilească locul și rolul activității gărzii de corp în timpul deplasării pe jos a persoanei protejate;
- iv. să evalueze starea psihologică și nivelul organizatoric al asigurării escortării persoanei protejate în diferite situații.

Precondiții										
Repartizarea orelor de curs										
№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Noțiuni introductive privind caracteristica generală a activității agentului gardă de corp.		2	2	2	2	2		4	7
2.	Organizarea gărzii de corp.		2						4	7
3.	Dispozitivul de pază a gărzii de corp în diferite situații.		2		2	2	2		4	7
4.	Proceduri de realizare a dispozitivului de pază a gărzii de corp.		2	2					4	7
5.	Normele deontologice privind comportamentul agentului gardă de corp.		2		2	2	2		4	7
6.	Escortarea persoanei protejate și sistemul de pază.		2						4	7
7.	Procedee de asigurare a securității persoanei protejate.		2		2	2	2		4	7
8.	Metodele de asigurare a securității persoanei protejate.		2	2					4	7
9.	Asigurarea securității persoanei protejate în încăperi.		2		2		2		4	7
10.	Protecția persoanei în timpul deplasării pe jos.		2	2					4	7
11.	Protecția persoanei VIP în timpul deplasării cu autoturismul.		2		2		2		4	7
12.	Acțiunea agenților gardă de corp în cazul agresiunii prin surprindere asupra persoanei protejate.		2	2					4	7
13.	Principalele cauze ale atacurilor. Metode de asasinat.		2		3		3		4	7
14.	Contramăsuri de protecție și detectarea filării.		4						8	9
TOTAL			30	12	15	8	15		60	100
Conținutul unităților de curs										
<p>Tema 1. Noțiuni introductive privind caracteristica generală a activității agentului gardă de corp.</p> <p>Tema 2. Organizarea gărzii de corp.</p> <p>Tema 3. Dispozitivul de pază a gărzii de corp în diferite situații.</p> <p>Tema 4. Proceduri de realizare a dispozitivului de pază a gărzii de corp.</p> <p>Tema 5. Normele deontologice privind comportamentul agentului gardă de corp.</p> <p>Tema 6. Escortarea persoanei protejate și sistemul de pază.</p>										

- Tema 7.** Procedee de asigurare a securității persoanei protejate .
- Tema 8.** Metodele de asigurare a securității persoanei protejate.
- Tema 9.** Asigurarea securității persoanei protejate în încăperi.
- Tema 10.** Protecția persoanei în timpul deplasării pe jos.
- Tema 11.** Protecția persoanei VIP în timpul deplasării cu autoturismul.
- Tema 12.** Acțiunea agenților gardă de corp în cazul agresiunii prin surprindere asupra persoanei protejate.
- Tema 13.** Principalele cauze ale atacurilor. Metode de asasinat.
- Tema 14.** Contramăsuri de protecție și detectarea filării.

Strategii de evaluare

- 1. Evaluarea curentă se va realiza prin susținerea / prezentarea lucrului individual, aprecierea rezultatelor activității studentului din cadrul seminarelor precum și desfășurarea a 2 (la modul câte una pentru fiecare disciplină) lucrări de control (testări) pe parcursul semestrului, cum ar fi:**

Testarea nr.1 la disciplina *Garda de corp*
Elaborată de Boeștean C., dr. conf. univ., la catedra „PPS”

(varianta I)

1. Calitățile sau sarcinile pe care trebuie să le dețină agentul gardă de corp: (4 puncte)

- păstrarea vieții și sănătății persoanei protejate;
- simțul tactic și diplomatic;
- de a detecta pericolele;
- obligațiunile să le îndeplinească clar și hotărâtor;
- deosebirea pericolelor reale de cele imaginare.

2. Metoda de apărare a agentului include (5 puncte):

- aprecierea agresorului;
- cunoașterea principiilor de securitate a persoanei;
- luarea deciziilor concrete;
- reacția corectă și acțiunea adecvată în situația extrinsecă;
- deprinderile specifice a agentului obținute prin pregătire specială;
- deosebirea pericolelor reale de cele imaginare.

3. Clasificarea pericolelor (5 puncte):

- pericole interioare;
- pericole obiective;
- pericole din afară;
- pericole reale;
- pericole subiective;
- pericole imaginare.

4. Enumerați formele de reacție ale omului în situațiile extreme (6 puncte):

5. Principalele arme de atac folosite în asasinat (4 puncte):

- arme cu bătaie medie;
- arme cu bătaie lungă;
- arme la distanță;
- explozive;
- răpirea;
- arme cu bătaie scurtă.

6. Obiectivele contramăsurilor de protecție se realizează prin (6 puncte):

- realizarea cooperării permanente cu organele abilitate ale statului;
- acumularea de cunoștințe despre amenințările specifice la adresa persoanei careia i se asigură pază;
- informarea permanentă a gărzii de corp în legătură cu pericolele potențiale care pândesc persoana păzită;
- planificarea operațiunii;
- selectarea țintei.

7. Informațiile adunate de inamic în urma filării țintei se referă la (5 puncte):

8. Explicați sistemul „Culorile lui Cooper” (6 puncte):

Punctajul	Notele
41	10
39-37	9
36-32	8
31-27	7
26-24	6
23-20	5
Sub 20	4

Testarea nr.1 la disciplina *Garda de corp*
Elaborată de Boeștean C. ,dr., conf. univ., la catedra „PPS”

(varianta II)

1. Contramăsurile de protecție trebuie să urmărească (5 puncte):

- împiedicarea sau descurajarea atacului;
- crearea unei asemenea situații încât atacul să fie greu de pus în aplicare;

- descoperirea unui atac care se află în stadiul de planificare;
- descoperirea țintei;
- luarea de notițe.

2. Atacurile criminale au următoarele faze de desfășurare (5 puncte):

- atacul;
- fuga de la locul atentatului;
- selectarea țintei;
- culegerea de informații despre țintă;
- planificarea operațiunii;
- răpirea;
- simțul tactic și diplomatic.

3. Reflectați în mod schematic Modelul Concepțional a Securității Persoanei (6 puncte):

4. Enumerați cauzele asasinatelor (5 puncte):

5. Sarcina principală a agentului în situația extremală presupune (4 puncte):

- aprecierea agresorului;
- determinarea posibilităților sale de ieșire din situația concretă creată;
- luarea deciziilor concrete;
- deosebirea pericolelor reale de cele imaginare.

6. Prin ce se deosebesc pericolele obiective de cele subiective? (5 puncte):

7. Metodele folosite de filorii teroriști (5 puncte):

- filarea progresivă;
- supravegherea tehnică;
- din punct fix;
- combinată;
- din mișcare;
- șantajarea.

8. Clasificați și caracterizați pericolele și primejdiile persoanei (6 puncte):

Punctajul	Notele
41	10
39-37	9
36-32	8
31-27	7
26-24	6
23-20	5
Sub 20	4

Evaluarea sumativă se va realiza luându-se în considerație evaluările curente (pondera de 0,6) și evaluarea finală (0,4) care se va materializa într-un examen scris incluzând subiecte componente ale cursului, cum ar fi:

Testul nr. 1
 pentru evaluarea finală (examen) la disciplina:
 „Garda de corp”

1. Subiectul 1. Contramăsuri de protecție

1.1.	Definiți obiectivul principal al contramăsurilor de protecție.	3 puncte	
1.2.	Determinați particularitățile situațiilor operative.	5 puncte	
1.3.	Explicați metodele de filare folosite de grupările criminale.	7 puncte	

Subiectul 2. Dispozitivul agenților gardă de corp

2.1.	Nominalizați perimetrele de siguranță.	3 puncte	
2.2.	Argumentați rolul perimetrelor de siguranță.	5 puncte	
2.3.	Explicați modalitatea de protejare a persoanei VIP la reședința sa.	7 puncte	

Punctajul	7 - 10	11 - 14	15 - 18	19 - 23	24 - 27	28 - 30
Nota	5	6	7	8	9	10

Examinator: _____ /N. Boeștean, dr., conf. univ./

Testul nr. 2
pentru evaluarea finală (examen) la disciplina:
„Garda de corp”

Subiectul 1. Organizarea activității gărzii de corp

1.1.	Nominalizați reglementările de principiu privind garda de corp.	3 puncte	
1.2.	Determinați obiectivele asigurării protecției pazei și securității persoanei protejate.	5 puncte	
1.3.	Explicați îndatoririle funcției „șefului de tură”.	7 puncte	

Subiectul 2. Tehnici de observare. Sistemul „culorile lui Cooper”

2.1.	Definiți noțiunea spiritului de observație al agentului.	3 puncte	
2.2.	Determinați rolul culorilor acestui sistem.	5 puncte	
2.3.	Apreciați importanța anticipării pericolelor în asigurarea persoanei protejate.	7 puncte	

Punctajul	7 - 10	11 - 14	15 - 18	19 - 23	24 - 27	28 - 30
Nota	5	6	7	8	9	10

Examinator: _____ /N. Boeștean, dr., conf. univ./

Bibliografie

Acte normative:

a) internaționale și regionale

1. Declarația Universală a Drepturilor Omului din 10.11.1948.
2. Convenția europeană pentru apărarea drepturilor omului și libertăților fundamentale din 04.11.1950

b) legi organice ale Republicii Moldova

1. Constituția Republicii Moldova adoptată la 29.07.1994 cu modificările și completările ulterioare.
2. Codul penal al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.985-XV din 18.04.2002, cu modificările și completările ulterioare.
3. Codul civil al Republicii Moldova din 06.06.2002.
4. Codul contravențional al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.218-XVI din 24.10.2008.
5. Codul vamal al Republicii Moldova, adoptat prin legea nr.1149-XIII din 20.07.2000, cu modificările și completările ulterioare.
6. Legea nr.134 din 13.06.2008 cu privire la Serviciul de Protecție și Pază de stat.
7. Legea nr.283-XV din 04.07.2003 privind activitatea particulară de detectiv și pază cu modificările și completările ulterioare.
8. Legea nr.110-XIII din 18.05.1994 cu privire la arme cu modificările și completările ulterioare.
9. Legea nr.45-XIII din 12.04.1994 „Cu privire la activitatea operativă de investigații” cu modificările și completările ulterioare.

10. Legea nr.416-XII din 18.12.1990. „Cu privire la poliție” cu modificările și completările ulterioare.
11. Legea nr. 118-IV din 14.03.2003 “Cu privire la procuratură” cu modificările și completările ulterioare.
12. Legea nr. 112-XVI din 22.05.2008 „Cu privire la concepția securității naționale a Republicii Moldova”.
13. Legea nr.345-XV 19.09.2003 „Cu privire la apărarea națională” cu modificările și completările ulterioare.
14. Legea nr.618-XIII din 31.10.1995 „Cu privire la securitatea statului” cu modificările și completările ulterioare.
15. Legea nr.619-XII din 31.10.1995 „Cu privire la organele securității statului” cu modificările și completările ulterioare.
16. Legea nr. 1457-XIII din 28.01.1998 „Cu privire la serviciul de protecție și pază de stat” cu modificările și completările ulterioare.
17. Legea nr.1104-XV din 06.06.2002 „Cu privire la Centrul pentru Combaterea Crimelor Economice și Corupției” cu modificările și completările ulterioare.
18. Legea nr. 539-XV din 12.10.2001 „Cu privire la combaterea terorismului” cu modificările și completările ulterioare.
19. Legea nr. 190-XVI din 26.07.2007 „Cu privire la prevenirea și combaterea spălării banilor și finanțării terorismului”.
20. Legea nr.1101-XIII din 06.02.1997 „Cu privire la gărzile populare” cu modificările și completările ulterioare.
21. Legea nr. 1545-XIII, din 25.02.1998 privind modul de reparare a prejudiciului cauzat prin acțiunile ilicite ale organelor de urmarire penala, ale procuraturii si ale instantelor judecatoresti.
22. Legea nr. 218 din 19.10.2012 privind modul de aplicare a forței fizice, a mijloacelor speciale și armelor de foc.

c) Hotărâri ale Guvernului Republicii Moldova

1. Hotărârea nr. 667 din 08.07. 2005 cu privire la măsurile de realizare a Legii nr.283-XV din 4 iulie 2003 privind activitatea particulară de detectiv și pază.

d) Literatură generală teoretică

1. I.G. Secieru - Tehnologia și tactica protecției persoanei. Arad,România. IBSSA-2001 .
2. I.G. Secieru, A. Budevici - Siguranța publică și managementul securității informaționale.
3. I.G. Secieru, A. Budevici, Arsene I. - Bazele manageriale ale activității profesionale a agentului de pază particular.
4. Constantin Boeștean – Asigurarea securității persoanei protejate “ Îndrumar metodico-științific pentru studenții domeniului de formare protecție, pază și securitate “ – Chișinău 2013;
5. Iurie Carp , Constantin Boeștean – Management aplicativ „Compediu” –Chișinău 2013;
6. B.Z. Miliner - Teoria organizației. INFRA-M Moscova 2002
7. A.G. Porșnev - Conducerea organizației. INFRA-M Moscova 2001.
8. V.V. Mak-Mak - Organizarea sistemului de securitate. Moscova 2000.
9. V.V. Mak-Mak - Conducerea sistemului de securitate a firmei. Art-Press. Moscova 2001.
10. G. Popper - Security management. IBSSA, Budapesta. 2000.
11. Kluwer - Handbook of Risk Management. Kingston. London 1992.
12. Gostev I - Evaluarea siguranței economice a întreprinderii. M. Iuridicescaia lit-ra. 1989.
13. Draga A.A - Asigurarea securității complexe a firmei. Moscova 1996.

14. Heil C. Livingstoun - Ghidul asigurării securității persoanei și a firmei. M. IVȚ. VICAM 1996.
15. Larin A.M - Specialitatea - garda de corp. Moscova. Bumerang. 1995.
16. Geleoss L.G - Serviciul securitate. Information Grup. Paris 1998.
17. Conspect. Direcția 9-a KSS al URSS - Asigurarea securității demnitarilor de Stat.. Moscova.
18. Miki Varga - Protection and security. Training center FOLDA 1998. Budapesta
19. Fonaref D. N., Soldatov A - Asigurarea protecției persoanei protejate. Academia NAST din Rusia.
20. Platt V. - Strategia securității. Principiile de bază. Moscova. "ID. Forum". 1997.
21. Fedotchin C.N. - Bazele securității proprietății. „Mir bezopasnosti” 2001.
22. Podhad K., Huis C. - Dirijarea riscurilor. Modalități de apărare. M. ”INFRA” Moscova.
23. Uoker F.H. - Sistemele electronice de pază. M. MIPS. 1991.
24. Fenneily L.J. - Affective Physical Security. California 1992.
25. Holfinger Richard - Dishonesty in the Workplace a manager's guide to preventing employee theft. Budapesta 2001.
24. **I.G. Secrieru** Tehnologia și tactica protecției persoanei. Arad,România. IBSSA-2001 .
25. **I.G. Secrieru, A.Budevici** Siguranța publică și managementul securității informaționale.
26. **I.G. Secrieru, A. Budevici, Arsene I.** Bazele manageriale ale activității profesionale a agentului de pază particular.
27. **B.Z. Miliner** Teoria organizației. INFRA-M Moscova 2002
28. **A.G. Porșnev** Conducerea organizației. INFRA-M Moscova 2001.
29. **V.V. Mak-Mak.** Organizarea sistemii de securitate. Moscova 2000.
30. **V.V. Mak-Mak.** Conducerea sistemii de securitate a firmei. Art-Press. Moscova 2001.
31. **G. Popper.** Security management. IBSSA, Budapesta. 2000.
32. **Kluwer.** Handbook of Risk Management . Kingston. London 1992.
33. **Gostev I.** Evaluarea siguranței economice a întreprinderii. M. Iuridicescaia lit-ra. 1989.
34. **Draga A.A.** Asigurarea securității complexe a firmei. Moscova 1996.
35. **Heil C. Livingstoun.** Ghidul asigurării securității persoanei. M. IVȚ. VICAM 1996.
36. **Larin A.M.** Specialitatea – gardă de corp. Moscova. Bumerang. 1995.
37. **Geleoss L.G.** Serviciul securitate. Information Grupp. Paris 1998.
38. **Conspect.Direcția 9-a KSS al URSS.** Asigurarea securității demnitarilor de Stat.. Moscova.
39. **Miki Varga.** Protection and security. Training center FOLDA 1998. Budapesta
40. **Fonaref D. N. Soldatov A.** Asigurarea protecției persoanei protejate. Academia NAST din Rusia.
41. **Platt V.** Strategia securității. Principiile de bază. Moscova. ”ID. Forum”. 1997.
42. **Fedotchin C.N.** Bazele securității proprietății. „Mir bezopasnosti” 2001.
43. **Podhad K.,Huis C.** Dirijarea riscurilor. Modalități de apărare. M. „INFRA” Moscova.
43. **Uoker F.H.** Sistemele electronice de pază. M. MIPS. 1991.
44. **Fenneily L.J.** Affective Physical Security. California 1992.
44. **Holfinger Richard.** Dishonesty in the Workplace a manager’s guide to preventing employee theft. Budapesta 2001.

Dreptul investigațiilor

Resurse umane în unitățile de protecție pază și securitate

Activitatea entităților de menținere a ordinii publice



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	SERVICIUL DE INCASARE
Facultatea responsabilă	 Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	 Protecție, Pază și Securitate
Titular de curs	ANTOSCIUC IRINA/ARMEANIC ALEXANDRU
Cadre didactice responsabile	ANTOSCIUC IRINA
e-mail:	

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S.06 A. 49	3	III	VI	90	45		45	

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina „SERVICIUL DE INCASARE”, se adresează studenților USEFS din anii care au cuprins în planul de învățământ aceste discipline didactice, dar și specialiștilor interesați de problemele specifice în domeniul securității.

Studierea acestei discipline are un rol deosebit de important în pregătirea viitorului specialist care își va desfășura activitatea în domeniul securității.

Curriculumul a fost alcătuit pe baza consultării unui vast material bibliografic, care a înglobat legi, hotărâri, regulamente și alte acte normative, interne și internaționale din domeniul dreptului și securității.

Structura cursului este elaborată ținând cont de rigorile organizării învățământului universitar conform procesului de la Bologna.

Cursul „Incasarea” reprezintă un comportament de bază al disciplinei teoretice, fiind introdus în curriculumul actual de studiu.

Misiunea cursului este orientată nu atât pe cunoașterea informației de către studenți, cât pe înțelegerea practică, aplicarea și integrarea ei.

În acest context, curriculumul universitar presupune o echilibrare a planurilor și programelor de învățământ obținerea unor rezultate adecvate cerințelor zilei de azi și tendințelor dezvoltării social-economice.

În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.

Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.

Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.

În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III., sem. VI, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.

Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în PPS.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

Scopul disciplinei este de a forma la studenți o gândire economică riguros orientată spre eficientizarea utilizării resurselor, spre o gestionare care să reflecte fidel, complet și clar mișcările ce trebuie întreprinse pentru încasarea și transportarea valorilor și protecția acestuia.

Din aceasta perspectivă, cursul încearcă să ofere soluții pentru o gestionare mai reușită a organizațiilor care își desfășoară activitatea în domeniul Pază, Protecție și Securitate. Aplicațiile practice ce vor fi rezolvate în cadrul seminarelor vor avea ca obiectiv o mai bună înțelegere a materialului expus la orele de curs. Studiile de caz ce vor fi supuse analizei studenților vor testa abilitatea acestora de a prelucra informațiile economice disponibile despre securitatea economică care are loc într-o entitate economică, precum și modul în care aceasta este valorificată în recomandări, sugestii de perfecționare și de luare a deciziilor corecte.

Finalități de studii

La nivel de cunoaștere:

- Să definească, să reproducă conceptele cheie, teoriile, noțiunile disciplinei de studiu.
- Să cunoască esența, conceptul, tipurile și trăsăturile băncilor.
- Să cunoască esența, conceptul, tipurile și trăsăturile întreprinderilor.
- Să cunoască conceptul, esența încasării.
- Să cunoască subiecții serviciului de încasare.
- Să cunoască recrutarea serviciului de încasare.
- Să cunoască obiectele serviciului de încasare.
- Să cunoască responsabilitățile și obligațiile fiecărui membru al serviciului de încasare.
- Să cunoască cum efectuează încasarea.

La nivelul de înțelegere și aplicare:

- să analizeze, să generalizeze și să explice condițiile, factorii care influențează activitatea specialistului în domeniul securității.
- Să definească principiile (legile) ce stau la baza încasării.
- Să analizeze și să definească principiile (legile) ce stau la baza securității.
- Viitorii specialiști în securitate vor putea conștientiza problemele care pot apărea în domeniul activității de protecție și pază.

La nivelul de integrare.

- Să comunice și să acționeze eficient în cadrul echipei interdisciplinare privind soluționarea problemelor condiționate de perioadele de criză, legitățile, particularitățile de acțiune a fiecăruia.
- Să stabilească locul și rolul încasării în contextul altor științe juridice.
- Să aprecieze importanța încasării .
- Să propună noi opinii, concepții benefice pentru ameliorarea conținutului normelor privind încasarea .

Precondiții

Repartizarea orelor de curs										
№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator		Zi	F/R
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R		
1.	Reglementarea normativa a activitatii economico-financiare a RM.	11	4		2				5	
2.	BNM. Esența și tipurile bancilor comerciale.	11	4		2				5	
3.	Conceptul serviciului de încasare	11	4		2				5	
4.	Funcționarii serviciului de încasare și atribuțiile acestora.	11	4		2				5	
5.	Recrutarea și instruirea încasatorilor.	11	4		2				5	
6.	Organizarea activității de încasare.	11	4		2				5	
7.	Ordinea procesului de încasare.	11	4		2				5	
8.	Tactica activităților criminale și tehnicile de securitate.	13	3		1				10	
TOTAL		90	30		15				45	

Conținutul unităților de curs

Tema 1.Reglementarea normativa a activitatii economico-financiare a RM.

Tema 2. BNM. Esența și tipurile bancilor comerciale, organizațiilor

Apariția și esența BNM.

Apariția, esența și tipurile băncilor comerciale.

Esența și tipuri de organizații.

Tema 3.Conceptul serviciului de incasare

Tema 4.Funcționarii serviciului de încasare și atribuțiile acestora:

Conceptul serviciului de încasare.

Șeful serviciului de încasare.

Încasatorul principal.

Încasatorul colector.

Șoferul .

Tema 5. Recrutarea și instruirea încasatorilor:

Recrutarea Șeful serviciului de încasare.

Recrutarea Încasatorul principal.

Recrutarea Încasatorul colector.

Recrutarea Șoferul .

Tema 6.Organizarea activității de încasare

Condițiile organizării activității de încasării;

Componentele principale a unui eficient mod de încasare;

Graficul de muncă;

Tema 7. Ordinea procesului de încasare..

Caracteristica încasării din casele clienților.

Caracteristica încasării din casele valutare.

Predarea mijloacelor bănești în casieria de seară a băncii

Alimentarea punctelor de schimb valutar cu MB.

Transportarea valorilor de către încasatorii băncii.

Tema 8.Tactica activităților criminale și tehnicile de securitate.

Conceptul de activitate criminală.

Conceptul de tehnici de securitate.

Formele tehnicilor de securitate.

Strategii de evaluare

Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: *inițială, curentă și finală*.

1. **Evaluarea inițială**/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin *interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale*, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.

2. **Evaluarea curentă** dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a *două lucrări de control* petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și *lucrărilor individuale*, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.

3. **Evaluarea finală** sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.

Bibliografie

ACTE NORMATIVE ALE REPUBLICII MOLDOVA:

1. Legea RM nr. 283-XV din 04.07.2003 privind activitatea particulară de detectiv și de pază. *Versiune în vigoare din 12.01.19 în baza modificărilor prin LP245 din 15.11.18 MO 462-466 din 12.12.18*
2. Hotărârea G RM Nr.667 din 08.07.2005 cu privire la măsurile de realizare a Legii nr.283-XV din 4 iulie 2003 privind activitatea particulară de detectiv și de pază, anexa 1 *Versiune în vigoare din 20.04.18 în baza modificărilor prin HG327 din 17.04.18. MO126-132/20.04.18 art.369*
3. L E G E privind activitatea băncilor nr. 202 din 06.10.2017 (*în vigoare 01.01.2018*) *Monitorul Oficial al R. Moldova nr. 434-439 art. 727 din 15.12.2017*
4. REGULAMENTUL-TIP al activității particulare de pază Capitolul V **CONDIȚIILE DE PAZĂ A TRANSPORTULUI UNOR VALORI IMPORTANTE** Legea RM nr. 283-XV din 04.07.2003 privind activitatea particulară de detectiv și de pază. *Versiune în vigoare din 12.01.19 în baza modificărilor prin LP245 din 15.11.18 MO 462-466 din 12.12.18*

MANUALE, ARTICOLE

1. R. Negru, *Banii și puterea*, Ed. National, p. 241
2. I. SECRIERU, BUDEVICI A. L. *Siguranța publică și managementul securității informaționale*, Chișinău 2008;
3. Stelian Turlea, *Bomba drogurilor*, Ed. Humanitas, București, 1991.
4. А.А. Драга. ИНКАССАЦИЯ Арсин Лтд, Москва 1997.
5. А.А. Драга. Комплексное обеспечение безопасности фирмы. М., "Арсин Лтд", 1996 г.
6. А.А. Драга. Охрана грузов. М., "Арсин Лтд", 1997 г.
7. А.Борбат. Несостоявшееся ограбление. Мир безопасности. М., № 1 - 1997 г., стр. 45-46.
8. А.Волгин. Безопасность банковских перевозок. Бизнес и безопасность. М., № 1 - 1995 г., стр. 260.
9. А.Г. Шаваев и др. Принципы безопасности банка и банковского бизнеса в России. М., Банковский деловой центр. М., 1997 г., стр.350
10. Инкассаторы. Частный сыск Охрана Безопасность. М., № 2 - 1995 г., стр. 240.
11. Л.М. Сюкаев. Год со службой безопасности. Частный сыск Охрана Безопасность. М., № 4 - 1995 г.

12. М.Павлов. Ваша служба безопасности. Безопасность Достоверность Информация. М., № 1 - 1995 г.
13. Мак-Мак В.П., Савелий М.Ф. Научно-практический комментарий к Закону о частной детективной и охранной деятельности в Российской Федерации. М., Юристъ, 1997
14. С.Фирсаков, В.Казакова. Правила на каждый день. Мир безопасности. М., № 1 - 1997 г., стр. 43-45.
15. С.Ю. Журавлев. Частная охрана. М., 1994 г., стр. 325.
16. См. Журавлев С.Ю. Частная охрана, М., 1994 г.
17. См. Шаваев А.Г. и др. Принципы безопасности банка и банковского бизнеса в России, М., 1997 г



Universitatea de Stat de Educație Fizică și Sport

Denumirea programului de studii	Securitate Civilă și Publică
Ciclul de studii	Licență
Denumirea cursului	Securitatea și sănătatea în muncă
Facultatea responsabilă	 Protecție, Pază și Securitate
Catedra responsabilă	Drept
Titular de curs	Cazacu Doina dr., conf. univ.
Cadre didactice responsabile	Podubnî Daniela asistent.univ.
e-mail:	doina.cazacu@yahoo.com

Codul disciplinei	Număr de credite ECTS	Anul	Semestrul	Total ore	Ore contact direct		Ore lucru individual	
					Zi	F/R	Zi	F/R
S.05.O.030	4	III	VI	84				

Descriere succintă a integrării cursului în programul de studii

Disciplina „Securitatea și sănătatea în muncă” reprezintă o parte din ramura dreptului muncii, care este legată direct de activitatea multor oameni, le reglementează formarea profesională, încadrarea în muncă, drepturile și obligațiile salariaților, drepturile și obligațiile angajatorilor, salariile, concediile, modificarea și încetarea raporturilor juridice de muncă, organizarea unităților de securitate, a unităților de medicină urgentă, și nu în ultimul rând, elaborarea de măsuri concrete în vederea depistării, cercetării, înregistrării și evidenței accidentelor de muncă și a bolilor profesionale, stabilirea circumstanțelor și cauzelor ce le-au provocat, determinarea măsurilor de prevenire a lor, recuperării prejudiciilor accidentaților . Obiect de studiu reprezintă și ansamblul de norme juridice care reglementează modalitatea de protecție a angajaților în cazul incapacității temporare de muncă, în cazul accidentelor de muncă, protecția persoanelor care au beneficiat de întreținere din partea unui salariat, precum și toate garanțiile sociale care sunt prevăzute de legislația în vigoare.

Savanții subliniază caracterul complex și pasionant al raporturilor juridice de muncă, care privește viața cotidiană a majorității populației active a unui stat.

Instrument al politicii sociale și economice, al gestiunii diverselor categorii de unități, asigurarea securității și sănătății în muncă reprezintă obiectivul esențial în protecția salariaților.

Pornind de la considerentele menționate, prezentul curriculum a fost conceput, fiind axat pe trei niveluri comportamentale, cu un grad divers de complexitate: cunoaștere, aplicare și integrare. De asemenea scopul a fost să conțină cât mai multe și utile informații, necesare

studentilor în scopul de a-i ajuta pentru a obține cunoștințe profunde în domeniul dreptului muncii, în general, și cunoștințe avansate în materia securității și sănătății în muncă, astfel încât să fie apti în a-și forma deprinderi în scopul utilizării lor în practică.

Competențe dezvoltate în cadrul cursului

- Va însuși obiectul de reglementare a disciplinei de studiu, trăsăturile specifice, particularitățile răspunderii juridice;
- Va cunoaște mecanismul de protecție juridică a subiecților de reglementare a dreptului muncii, în special referitor la securitatea și sănătatea în muncă; Va cunoaște prevederile de bază ale legislației Republicii Moldova și a Convențiilor internaționale din domeniu;
- Va fi capabil să aplice corect normele juridice la soluționarea problemelor ce țin de domeniul activității practice și științifice;
- Va elabora variante de soluționare a situațiilor juridice complexe.

Finalități de studii

I. La nivel de cunoaștere

- Să determine bazele teoretice ale noțiunilor fundamentale
- Să identifice elementele și locul securității și sănătății în legislația muncii
- Să determine cercul subiecților în domeniul securității și sănătății în muncă
- Să constate tipurile accidentelor de muncă

II. La nivel de aplicare

- Identificarea lacunelor legislative
- Identificarea practicii instanțelor judecătorești de diferite nivele privind punerea în aplicare a legislației în domeniu.

III. La nivel de integrare

- Interacțiunea multidisciplinară a obiectului de studiu
- Să contribuie la dezvoltarea unor opinii științifice pentru asigurarea continuității dezvoltării doctrinei în domeniul securității în muncă
- Propuneri de lege ferendă

Precondiții

Repartizarea orelor de curs

№	Unități de conținut	Total ore	Ore de contact direct						Ore de lucru individual	
			Curs		Seminar		Laborator			
			Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R	Zi	F/R
1.	Noțiuni introductive privind dreptul muncii, securitatea și sănătatea în muncă		2						2	
2.	Subiecții raporturilor juridice de muncă		2		2				2	
3.	Contractul colectiv de muncă		2						2	
4.	Contractul individual de muncă		2		2				2	

5.	Obligațiile angajatorilor în domeniul securității și sănătății în muncă		4		2				4	
6.	Drepturile și obligațiile angajaților		4		2				4	
7.	Accidentele de muncă		4		2				4	
8.	Tehnica securității		2		3				4	
9.	Traumatismul de producție		2						2	
10.	Jurisdicția muncii. Supravegherea și controlul asupra respectării legislației muncii		2		2				2	
11.			4						2	
12.	TOTAL		30		15				30	

Conținutul unităților de curs

Tema 1. Noțiuni introductive privind dreptul muncii, securitatea și sănătatea în muncă

Tema 2. Subiecții raporturilor juridice de muncă

Tema 3. Contractul colectiv de muncă

Tema 4. Contractul individual de muncă

Tema 5. Obligațiile angajatorilor în domeniul securității și sănătății în muncă

Tema 6. Drepturile și obligațiile angajaților

Tema 7. Accidentele de muncă

Tema 8. Tehnica securității

Tema 9. Traumatismul de producție

Tema 10. Jurisdicția muncii. Supravegherea și controlul asupra respectării legislației muncii

Tema 11. Răspunderea părților în raportului juridic de muncă. Recuperarea prejudiciilor

Strategii de evaluare

Evaluarea se va realiza prin susținerea / prezentarea lucrului individual, aprecierea în rezultatul participării active la discuțiile din cadrul seminarului precum și prin:

- Expunerea verbală în cadrul seminarului a modalităților identificate;
- Prezentarea proiectului elaborat (forma scrisă) în cadrul seminarului evaluativ
- Susținerea rezultatelor obținute în cadrul unui seminar aplicativ
- Prezentarea rezumatului în cadrul unui seminar integrativ.

Pe parcursul semestrului se organizează 2 lucrări de control (testări), de ex:

Test № 1

1. Obiectul disciplinei de studiu are cele mai mari tangențe cu:
 - a) Dreptul civil;
 - b) Dreptul muncii;
 - c) Drept procesual civil.
2. Legislația muncii nu reglementează:
 - a) Raporturile conexe, celor care apar din contractul individual de muncă;
 - b) Regulamentul intern al unității;

c) Munca condamnaților

Criterii de evaluare	Descriptori de performanță		
	9-10	7-8	5-6
1. Structura portofoliului/ referatului	Respectă părțile componente ale portofoliului/ referatului	Respectă toate părțile componente, dar una din ele nu este realizată conform strategiilor de realizare	Una din părțile componente lipsește
2. Corespunderea temei portofoliului/ referatului cu esența materialului analizat și prezentat în produsul final	corespunde integral	corespunde în mare parte	corespunde esenței parțial
3. Procesarea și analiza informației teoretice și practice	Se dă o apreciere stării actuale a obiectului cercetat, cu constatarea avantajelor, dezavantajelor, situațiilor dificile, impedimentelor, în dezvoltarea și funcționarea subiectului cercetat	Se dă o apreciere stării actuale a obiectului cercetat, dar cu constatări generale privind dezvoltarea și funcționarea subiectului studiat	Este generală fără a implica implicarea critică, interpretativă a autorului
4. Completitudinea și corectitudinea scrierii surselor bibliografice, citarea	Este destul de consistentă, mai mult de 7- 10 surse; citarea este corectă	Este suficientă, conține între 5 -6 surse; citarea este parțial corectă	Este parțială, până la 5 surse; lipsește citarea
5. Respectarea cerințelor tehnice față de redactarea portofoliului/referatului	Sunt respectate integral	Sunt respectate parțial	Cu derogări însemnate de la cerințele de redactare
6. Prezentarea produsului și susținerea lui în termenii stabilite	A relatat succint despre toate rezultatele cercetării efectuate. A prezentat în termenii stabilite referatul/portofoliul	A relatat succint despre toate rezultatele cercetării efectuate. A prezentat referatul/portofoliul cu întârziere	A relatat evaziv despre rezultatele cercetării efectuate. A prezentat referatul/portofoliul cu întârziere

Bibliografie

1. Declarația Universală a Drepturilor Omului adoptată de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la 10 decembrie 1948. Ratificată prin Hotărârea Parlamentului RM nr. 217-XII din 28.07.1990 // „Tratate internaționale”, 1998, vol. I, p. 11-18.
2. Pactul internațional cu privire la drepturile economice, sociale și culturale, adoptat de Adunarea Generală a Organizației Națiunilor Unite la 16 decembrie 1966. Ratificat prin Hotărârea Parlamentului RM nr. 217-XII din 28.07.1990 // „Tratate internaționale”, 1998, vol. I, p. 18.

3. Convențiile Organizației Internaționale a Muncii, ratificate de către Republica Moldova
4. Carta Socială Europeană Revizuită, ratificată parțial de Parlamentul RM prin Legea organică nr.484-XV din 28.09.2001 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 130 din 26.10.2001.
5. Constituția Republicii Moldova, adoptată de Parlamentul RM la 29 iulie 1994.
6. Hotărârea Curții Constituționale nr. 16 din 28.05.1998 „Cu privire la interpretarea art. 20 din Constituția Republicii Moldova” // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 56-59 din 25. 06.1998.
7. Codul muncii al Republicii Moldova adoptat la 28 martie 2003.
8. Codul de procedură civilă al Republicii Moldova adoptat la 14 martie 2003.
9. Codul civil al Republicii Moldova, adoptat la 06.06.2002, republicat în Monitorul Oficial nr.66-75 din 01.03.2019 art.132
10. Legea serviciului în organele vamale // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 106-108 din 24.08.2000.
11. Legea nr. 171-XII/1994 „Cu privire la secretul comercial” // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 13 din 10.11.1994.
12. Legea cu privire la statutul judecătorului din 20.07.95 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 59-60 din 26.10.1995.
13. Legea nr. 451-XV din 30.07.2001 „Privind licențierea unor genuri de activitate” // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 108-109 din 06.09.2001.
14. Legea nr 761-XV „Cu privire la serviciul diplomatic” din 27.12.2001 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 20 din 05.02.02.
15. Legea nr. 102-XV „Privind ocuparea forței de muncă și protecția socială a persoanelor aflate în căutarea unui loc de muncă” din 13.03.2003 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 70-72 din 15.04.2003.
16. Legea învățământului, nr. 547-XIII din 21.07.95 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 62-63 din 09.11.1995.
17. Legea sindicatelor, nr. 1129-XIV/2000 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 130-132, 2000.
18. Legea serviciului public, nr. 443-XII din 04.05.1995 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 61, 1995.
19. Legea cu privire la minimum de existență, nr. 152 din 05.07.2012 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 61, 1995, Publicat : 07-08-2012 in Monitorul Oficial Nr. 165 art Nr: 555
20. Legea cu privire la aprobarea Regulamentului disciplinar al Forțelor Armate, nr.776 din 13.03.1996 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 46-47 din 11.07.1996.
21. Legea salarizării, nr.847 din 14.02.2002, Publicat :11.04.2002 în Monitorul Oficial Nr. 50-52 art Nr : 336
22. Hotărârea Guvernului „Despre aprobarea Regulamentului provizoriu cu privire la disciplina salariaților din transportul feroviar”, nr. 884 din 30.09.99 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr.109-111 din 07.10.1999.
23. Hotărârea Guvernului „Cu privire la aprobarea Statutului disciplinar al factorilor de decizie din organele controlului vamal al Republicii Moldova”, nr.746 din 07.08.1997 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 24-26 din 02.03.2000.
24. Hotărârea Guvernului „Cu privire la aprobarea Statutului disciplinar al organelor afacerilor interne”, nr. 2 din 04.01.1996 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 23-24 din 18.04.1996.
25. Hotărârea Guvernului nr. 522 din 20.05.2004 „Despre aprobarea Regulamentului cu privire la atestarea funcționarilor publici” // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 83-87 din 28.05.2004.
26. Regulamentul cu privire la serviciul în organele afacerilor interne, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 334 din 08.07.1991, cu modificările și completările ulterioare.

27. Statutul consular, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr.368 din 28 martie 2002 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 50-52 din 11.04.02.
28. Hotărârea Guvernului nr. 1_3 din 18.11.1997 „Cu privire la aprobarea Regulamentului unic al serviciului de cadre” // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 9 din 05.02.1998.
29. Hotărârea Guvernului RM nr. 819 din 01.07.2016 „privind Cerințele minime de securitate și sănătate în muncă pentru lucrul la monitor”, Publicat :08.07.2016 în Monitorul Oficial Nr. 193-203 art Nr : 883 Data intrării în vigoare : 01.01.2017
30. Nomenclatorul funcțiilor deținute și lucrărilor executate de către salariații cu care angajatorul poate încheia contracte scrise cu privire la răspunderea materială individuală deplină pentru neasigurarea integrității valorilor transmise, aprobat prin Hotărârea Guvernului nr. 449 din 29 aprilie 2004, „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 73-76 din 7 mai 2004.
31. Regulamentul privind eliberarea de certificat ce atestă forța majoră din 05.04.2002, elaborat de către Camera de Comerț și Industrie a Republicii Moldova // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr.63-64 din 16.05.2002.
32. Ordinul Ministerului Finanțelor „Cu privire la aprobarea și punerea în aplicare a Regulamentului privind inventarierea” nr. 27 din 28.04.2004 // „Monitorul Oficial al Republicii Moldova”, nr. 123-124 din 27.07.2004.
33. Convenția colectivă (de ramură) pe anii 2018-2021 Hotărârea Plenului Curții Supreme de Justiție a Republicii Moldova nr. 11 din 3 octombrie 2005 „Cu privire la practica aplicării de către instanțele judecătorești a legislației ce reglementează obligația uneia dintre părțile contractului individual de muncă de a repara prejudiciul cauzat celeilalte părți”, /Buletinul CSJ nr. 2/2006/.
34. Hotărârea Plenului Curții Supreme de Justiție a Republicii Moldova nr. 12 din 3 octombrie 2005 „Cu privire la practica judiciară a examinării litigiilor care apar în cadrul încheierii, modificării și încetării contractului individual de muncă”, /Buletinul CSJ nr. 6/2006/.
35. Recomandarea Plenului Curții Supreme de Justiție a Republicii Moldova nr. 69 din 15.12.2014 „Cu privire la aplicarea convențiilor Organizației Internaționale a Muncii, ratificate de Republica Moldova.
36. Hotărârea Guvernului nr. 151 din 07.03.2019 privind aprobarea cerințelor minime de securitate în muncă în industria extractivă prin lucrări miniere de suprafață sau subterană
37. Hotărârea Guvernului nr. 775 din 02.10.2017 pentru aprobarea Regulamentului privind protecția sănătății lucrătorilor împotriva riscurilor legate de expunerea la agenți cancerigeni sau mutageni la locul de muncă
38. Hotărârea Guvernului nr. 1025 din 07.09.2016 pentru aprobarea Regulamentului sanitar privind supravegherea sănătății persoanelor expuse acțiunii factorilor profesionali de risc
39. Hotărârea Guvernului nr. 11010 pentru aprobarea Regulamentului cu privire la stabilirea indemnizației de dizabilitate pentru accidente de muncă sau boli profesionale
40. Hotărârea Guvernului nr. 513 din 11.08.1993 cu privire la aprobarea Regulamentului cu privire la plata de către întreprinderi, organizații și instituții a indemnizației unice pentru pierderea capacității de muncă sau decesul angajatului în urma unui accident de muncă sau unei afecțiuni profesionale

I. Studii, tratate, cursuri, monografii, dicționare

1. Athanasiu Alexandru, Claudia Ana Moarcăș, Dreptul muncii. Relații individuale de muncă, vol. I, Editura „OSCAR PRINT”, 1999.

2. Baieș Sergiu, Roșca Nicolae, Dreptul civil: Partea generală. Persoana fizică. Persoana juridică, Chișinău, F.E.P. „Tipografia Centrală”, 2004.
3. Beligrădeanu Șerban, Încheierea, modificarea și încetarea contractului de muncă, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1976, p. 168.
4. Gheorghe Beleiu, Drept civil roman. Introducere în dreptul civil. Subiectele dreptului civil, București, „Șansa” S.R.L., 1994.
5. Boroș Gabriel, Drept civil. Partea generală. Persoanele, București, Editura ALL Beck, 2001.
6. Boișteanu E. „Dreptul muncii. Partea generală”, Chișinău, 2005.
7. Boișteanu Eduard, Procedura de concediere a lucrătorului, Bălți, Presa universitară bălțeană, 2001.
8. Boișteanu Eduard, Încetarea contractului individual de muncă, Chișinău, Editura Pontos, 2002.
9. Călinoiu Constanța, Jurisdicția muncii, Editura „Lumina Lex”, București, 1998.
10. Chiriță Dan, Drept civil. Contracte speciale, Editura „Lumina Lex”, București, 1997.
11. Cristoforeanu E., Teoria generală a contractului individual de muncă, București, Editura “Curierul judiciar”, 1937.
12. Deak Francisc, Tratat de drept civil. Contracte speciale, Editura Actami, București, 1998.
13. Dreptul muncii sovietic. Sub red. Pașcov A.S. Traducerea realizată de T. Negru. - Chișinău: Cartea Moldovenească, 1990.
14. Dimitriu Raluca, Concedierea salariaților, drept românesc și comparat, Editura Omnia UNI SAST, Brașov, 1999.
15. Donos E. „Dreptul muncii”, vol. I, II, Chișinău, 2005
16. Dorneanu Valer, Bădică Gheorghe, Dreptul muncii, București, Lumina Lex, 2002.
17. Dorneanu Valer, Introducere în dreptul muncii. Dreptul colectiv al muncii, Editura Fundației „România de mâine”, București, 2001.
18. Editura Best Publish, Securitatea și sănătatea în muncă, Ediția a XV-a
19. Filip Gh., Mantale D., Panti S., Budnaru R. Dreptul muncii și securității sociale, Editura Junimea, Iași, 2002.
20. Filip Gh., Filip L., Dreptul muncii și securității sociale, Focșani, Editura „Neuron”, 1994.
21. Ghidul cetățeanului în contenciosul administrative, Responsabil de ediție Valeriu Zubco, Chișinău, Ulysse, 2003.
22. Ghimpu Sanda, Țiclea Alexandru, Dreptul muncii, Editura All Beck, București, 2001.
23. Ghimpu Sanda, Țiclea Alexandru, Dreptul muncii, București, S.R.L. „Șansa”, 1997.
24. Ghimpu Sanda, Țiclea Alexandru, Dreptul muncii, București, Editura „Șansa”, 1995.
25. Golubțov Ion, Devderea Valeriu, Cristea Nicolae, Procedura de executare silită. Ghid practic, Chișinău, 2004.
26. Hamangiu C., Rosetti Bălănescu, Băicoianu Al., Tratat de drept civil român, vol. I, Editura ALL Beck, 1998.
27. Ionescu O., Codul civil și contractul de muncă, București, Tipografia Curierul judiciar, 1938.
28. Leik Adrian, Mantale Mihai, Filip Gheorghe, Dreptul muncii și securității sociale, București, Graphix, 1997.
29. Macari Ivan, Dreptul penal al Republicii Moldova (Partea generală), Chișinău, CE USM, 2002.
30. Macovei D., Încetarea contractului individual de muncă, Iași, Editura „Junimea”, 1981.
31. Mazilu Dumitru, Teoria generală a dreptului, ALL Beck, București, 2000.
32. Negru Tudor, Dreptul muncii, Chișinău, Editura „Reclama”, 1995.
33. Negru Tudor, Scorțescu Cătălina, Dreptul muncii (partea generală). Codul muncii, Universitatea Liberă Internațională din Moldova, Chișinău, 2004.
34. Popescu Andrei, Reglementări ale relațiilor de muncă. Practică Europeană, „Tribuna Economică”, București, 1998.

35. Popescu Agata Mihaela, [Ioan Ciochina- Barbu](#), Dreptul muncii, Editia a II, [Editura C.H. Beck](#),
36. Popescu Andrei, Drept internațional al muncii, Editura Holding Reporter, 1998,
37. Popescu Răzvan Radu, Dreptul muncii. Legislație internă și internațională (ed a II-a), [Editura Universul Juridic](#), Septembrie 2016
38. Romandaș Nicolae, Dreptul muncii, Chișinău, Reclama, 1997.
39. Romandaș Nicolae, Dreptul muncii european, Chișinău, Secția de Editare a AAP, 1998.
40. Romandaș Nicolae, Contractul individual de muncă, CE USM, 2001.
41. Romandaș Nicolae, Boișteanu Eduard, Dreptul colectiv al muncii, PUB Bălți, 2003.
42. Romandaș Nicolae, Boișteanu Eduard, Dreptul colectiv și individual al muncii, Chișinău, 2003.
43. Romandaș Nicolae, Boișteanu Eduard, Dreptul muncii, Chișinău, 2007.
44. Roșca Nicolae, Băieș Sergiu, Dreptul afacerilor. – Chișinău: Cartier juridic, 1997.
45. Sosna Boris, Contractul individual de muncă. Legislație, Chișinău, Editura "Cartier", 2001.
46. Ștefănescu Ion Traian, Contractul individual de muncă. – București: Editura „Lumina Lex”, 1997.
47. Ștefănescu Ion Traian, Dreptul muncii, București, Lumina Lex, 1997.
48. Ștefănescu Ion Traian, Tratat elementar de drept al muncii, Editura Lumina Lex, București, 1999.
49. Ștefănescu Ion Traian, Dreptul muncii, Ediția a II-a, Editura Lumina Lex, București, 2002.
50. Ion Traian Ștefănescu, Tratat de dreptul muncii, vol. I, Editura Lumina Lex, București, 2003.
51. Teoria generală a dreptului. Manual / Gheorghe Avornic, Elena Aramă, Boris Negru, Ruslan Costaș, Chișinău, Cartier, 2004.
52. Thatham Allan, Eugen Osmochescu, Dreptul Uniunii Europene, Chișinău, Editura ARC, 2003.
53. Țichindelean Marioara, Încetarea contractului individual de muncă, Lumina Lex, București, 1999.
54. Țiclea Alexandru, Popescu Andrei și alții, Dreptul muncii, Editura ROSETTI, București, 2004.
55. Țiclea Alexandru, Concedierea colectivă, Lumina Lex, București, 2001.
56. Țiclea Alexandru, Contractul individual de muncă, Lumina Lex, București, 2003.
57. Țiclea Alexandru, Dreptul muncii, Editura Global Lex, București, 2001.
58. Țiclea Alexandru, Tratat de dreptul muncii. Legislație. Doctrina. Jurisprudența, Editia a X-a, actualizată, [Editura Universul Juridic](#), 2016
59. Gheorghe Vintilă, Constantin Furtună, Daune morale. Studiu de doctrină și jurisprudență, București, Editura ALL BECK, 2002.
60. Voicu Marin, Popoacă Mihaela, Dreptul muncii. Tratat de jurisprudență română și europeană, vol. I, București, Lumina Lex, 2001.
61. Voicu Marin, Popoacă Mihaela, Dreptul muncii. Convenții internaționale, vol. II, București, Lumina Lex, 2001.
62. Voiculescu Nicolae, Dreptul muncii. Reglementări interne și comunitare, Editura ROSETTI, București, 2003.
63. Vlasceanu Ana-Maria, Protecția drepturilor salariaților în cazul transferului de întreprinderi, unități sau părți ale acestora, [Editura Universul Juridic](#), 2016
64. Анисимов Л.Н. Расторжение трудового договора. – Москва: Бертатор-Пресс, 2003.
65. Анисимов Л.Н. Трудовой договор, - Москва: Советская Россия, 1989.
66. Борисов В. Трудовой договор. Комментарии и рекомендации. – Москва: ИИД „Филинь”, 1996.
67. Голованова Е.А. Прекращение трудового договора. – Москва: Юридическая

- литература, 1966.
68. Гусов К.Н. Основания прекращения трудового договора, - Москва: Юридическая литература, 1985.
 69. Ершов В.В., Ершова Е.А. Трудовой договор, - Москва: Дело, 1999.
 70. Ильинский П. Справочное пособие по трудовому законодательству Республики Молдова, - Кишинев: Штиинца, 1997.
 71. Комментарий к Трудовому кодексу Российской Федерации / Под ред. С.А. Панина. – Москва, 2002.
 72. Комментарий к Трудовому кодексу Российской Федерации / Под ред. проф. Ю.П. Орловского. – Москва, 2002.
 73. Крапивин О.М., Власов М.И. Трудовое корпоративное право. Учебно-практическое пособие. – Москва: Норма, 2000.
 74. Лютов Н.Л. Российское трудовое законодательство и международные трудовые стандарты: соответствие и перспективы совершенствования: Научно-практическое пособие. — М.: "Центр социально-трудовых прав", 2012.
 75. Смирнов О.В. Трудовое право. – Москва: Проспект, 1997.
 76. Смирнов О.В. Трудовое право. – Москва: Статус ЛТД, 1996.
 77. Сосна Б.И., Горелко Н.А. Трудовое право Республики Молдова. – Кишинев: Реклама, 2001.
 78. Сосна Б.И. Трудовые договоры (контракты) в Республике Молдова и в Российской Федерации в условиях рыночной экономики. – Кишинев: Реклама.
 79. Стычинский Б.С., Зуб И.В., Ротань В.Г. Научно-практический комментарий к законодательству Украины о труде. – Киев: Издательство А.С.К., 2004.
 80. Сырбу Э., Романдаш Н., Секриеру Ю. Пособие по трудовому законодательству. Научно-практический комментарий законодательства о труде. – Кишинев: Consultații în Domeniul Contabilității și Impozetelor S.R.L., 2004.
 81. Сыроватская Л. Трудовое право. – Москва: Дело, 1997.
 82. Сыроватская Л. Ответственность за нарушение дисциплины труда, - Москва: Юридическая литература, 1990.
 83. Толкунова В.Н., Гусов К.Н. Трудовое право России. – Москва: Юристь, 1997.
 84. Толкунова В.Н., Гусов К.Н. Трудовой договор. Комментарии законодательства. – Москва, 1996.
 85. Трудовые споры. Учебно-практическое пособие. Под редакцией Б.И. Сосна, А.М. Куренной. – Кишинев: Реклама, 2004.
 86. Трудовое и социальное право зарубежных стран: основные институты. Под редакцией кандидата юридических наук Э.Б. Френкель. – Москва: Юристь, 2002.
 87. Трудовое право России: Учебник. Краткий курс / Отв. ред. Ю.П. Орловский. – Москва: ИНФРА-М, 2003.
 88. Beligrădeanu Șerban, Ștefănescu Ion Traian, Dicționar de drept al muncii, București, Lumina Lex, 1997.
 89. Hanga Vladimir, Dicționar juridic român-englez, englez-român, București, Lumina Lex, 2003.



Universitatea de Stat Facultatea Protecție Pază și Securitate
de Educație Fizică și Sporttel.: 022 441 268

E-mail:

or. Chișinău, Republica Moldova

str. A. Doga, nr. 22, MD – 2024

www.usefs.md

tel.: 022 49-40-81

FIȘACURSULUI/MODULULUI

Programul de studii		Securitate Civilă și Publică					
Denumirea cursului		Securitatea Tehnoșogiilor informaționale					
Titularul cursului		Igor Băcu					
Ciclul <i>(L-licență)</i>	L	Codul cursului	S 07 A.75	Anul	III	Semestrul	II
Nr. credite	3	Limbă de instruire	Româna	Forma de evaluare			Ex.
Ore de contact direct	45	Studiu individual	45	Total ore pe semestru			90
Regimul disciplinei (S – componenta de specialitate)							S
Catedra	Protecție, Pază și Securitate	Numărul total de ore (pe semestru) din planul de învățământ <i>(C-curs, S-seminar, L-lucrări practice, LI - lucrul individual, P-prelegeri)</i>					
e-mail	catedra-natatie@mail.ru	Total	C	S	L/P	LI	
		90			45	45	
Nota de prezentare	<p>Cursul este orientat spre studierea bazelor securității tehnologiilor informaționale, ca parte componentă a competențelor unității de protecție, pază și securitate, în scopul formării unei concepții clare și utile privind regimul juridic al informațiilor prin prisma nivelului de securitate, privind metodele, mijloacele și practicile de securitate a informației și a tehnologiilor informaționale, actul managerial privind asigurarea securității informației și a tehnologiilor informaționale, răspunderea juridică pentru violarea regimului de securitate a informației și tehnologiilor informaționale, drepturile și obligațiile, precum și limitele răspunderii juridice ale subiecților, alte aspecte normative aferente.</p> <p><i>Curriculum este axat pe obiective, care sunt în concordanță cu obiectivele planului de învățământ:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele generale ale învățământului conceptului securității tehnologiilor informaționale în corelație cu sectorul de protecție, pază și securitate, posedarea legislației naționale în domeniul securității informaționale, bazelor securității tehnologiilor informaționale. • obiective cadru ale învățământului securității tehnologiilor informaționale ce prevăd crearea unui mecanism stabil de dezvoltare a specialistului în domeniul securitatea tehnologiilor 						

	<p>informaționale, practicarea criteriilor manageriale de securitate a tehnologiilor informaționale, fructificarea de cunoștințe, deprinderi și experiențe în exercitarea actului managerial al securității tehnologiilor informaționale.</p> <ul style="list-style-type: none"> • obiectivele de referință structurate în baza obiectivelor cadru, care urmăresc pregătirea practică a studenților, astfel încât aceștia să se poată încadra eficient în cadrul profesional național și internațional prin achiziția de capacități și atitudini pe ani de studii. <p>În vederea realizării obiectivelor sunt propuse activități de învățare, menite să corespundă indicilor calitativi și cantitativi.</p> <p>Conținuturile publicate în curriculum vin să ajute la realizarea obiectivelor-cadru și a celor de referință, fiind structurate în baza principiilor cronologic și tematic.</p> <p>Sugestiile metodologice și strategiile de evaluare vin să accentueze noua abordare de predare-învățare-evaluare a cunoștințelor, competențelor și dezvoltarea atitudinilor pozitive.</p> <p>În conformitate cu planul de învățământ studenții USFFS vor studia disciplina dată în an III, sem. II, 90 ore pe parcursul unui semestru, ceea ce îi corespund 3 credite.</p> <p>Din acest motiv, considerăm că curriculumul vizat, va constitui un reper teoretic și practic în vederea formării profesionale a specialistului în domeniul turismului.</p>
<p>Competențe dezvoltate în cadrul cursului/modulului</p>	<p>Competențe profesionale (<i>Cognitive și funcțional-acționale</i>): operarea cu concepte fundamentale caracteristice domeniului securității tehnologiilor informaționale, dobândirea abilităților de analiză și de gândire critică pentru a interpreta legislația și pentru a dezvolta aptitudini de aplicare practică a acesteia. De asemenea, rezolvarea studiilor de caz determină formarea unor abilități interpersonale, abilități de comunicare, muncă în echipă, motivație.</p> <p>Competențe transversale (<i>Autonomie și responsabilitate; Interacțiune socială; Dezvoltarea personală și profesională</i>): identificarea rolurilor și responsabilităților într-o echipă pluridisciplinară și aplicarea de tehnici de relaționare și muncă eficientă în cadrul echipei – competență ce urmează a fi realizată prin simularea situațiilor de caz. Promovarea studiului prin metoda proiectelor care vor fi elaborate după studierea unor cazuri de afectare a sistemelor de securitate.</p>
<p>Finalități și performanțe la curs/modul</p>	<p>I. La nivel de cunoaștere</p> <ul style="list-style-type: none"> - să perceapă conceptul securității tehnologiilor informaționale în corelație cu sectorul de protecție, pază și securitate; - să cunoască cadrul normativ național în domeniul securității informaționale; - să reproducă bazele securității tehnologiilor informaționale. <p>II. La nivel de aplicare</p> <ul style="list-style-type: none"> - să valorifice competențele privind securitatea tehnologiilor informaționale; - să utilizeze instrumentariul managerial de securitate a tehnologiilor informaționale; - să implementeze deprinderi și experiențe în exercitarea actului managerial al securității tehnologiilor informaționale. <p>III. La nivel de integrare</p> <ul style="list-style-type: none"> - să interpreteze și să aplice principii generale ale sistemului de securitate a tehnologiilor informaționale;

	<p>- să elaboreze judecăți bazate pe cunoașterea problemelor de securitate;</p> <p>- să analizeze cadrul legal național și să propună soluții pentru ajustarea acestuia cu cel internațional;</p> <p>- să identifice lacunele și problemele/contradicțiile în legislația națională și să formuleze inițiative în vederea perfecționării cadrului legal existent.</p>					
<p>Tematica și repartizarea orelor la curs/modul</p>	N/o	Conținuturile unității de curs/modul	Numărul de ore			
			Total	Curs	Seminar	LI
	1	Noțiuni privind securitatea informațiilor. Cadrul general al protecției și securității informațiilor și sistemelor informaționale.	12		6	6
	2	Clasificarea informațiilor. Vulnerabilitatea informațiilor și sistemelor informaționale, riscuri și amenințări în adresa securității informației și tehnologiilor informaționale	12		6	6
	3	Regimul juridic al informațiilor prin prisma nivelului de securitate. Controlul accesului în sistemele informatice	12		6	6
	4	Metode, mijloace și practici de securitate a informației și a tehnologiilor informaționale – Criptografia	16		8	8
	5	Modele și programe de securitate	12		6	6
	6	Standardele, normele și procedurile de securitate	12		6	6
	7	Răspunderea juridică pentru violarea regimului de securitate a informației și tehnologiilor informațional	14		7	7
Total			90		45	45
<p>Strategii de predare & învățare în cadrul cursului/modul</p>	<p>Formele principale ale instruirii sunt cursul, seminarul. Cursul este organizat sub formă de prelegere clasică, dezbateri, poate fi curs mixt prelegere – dezbateri, curs practic – aplicativ, prelegere problematizată. Seminarul/lecțiile practice, de asemenea, au mai multe forme: seminare/lecții practice de reluare și aprofundare a anumitelor probleme abordate în cadrul cursului, de realizare a corelațiilor intra-inter și transdisciplinare; dezbateri, brainstorming, în baza cercetării, a studiului de caz. Metode de lucru: expunerea, explicația, dialogul, prezentarea, lucrul în echipă, masă rotundă, metoda Piramidei, Jigsaw (Mozaicul), etc.</p>					

ului	<p>Tehnologiile și strategiile didactice aplicate în predarea cursului se instituie atât în raport de implicație cât și de complementaritate funcțională. Astfel, strategiile și tehnologiile didactice aplicate sunt expunerea didactică, conversația didactică, demonstrația, modelarea didactică, problematizarea. În cadrul cursului se organizează prezentări în Power Point a studiilor de caz diferite activități frontale, activități de grup, activități individuale.</p>	
Strategiideevaluare	<p>Evaluarea curriculară se aplică prin trei forme: <i>inițială, curentă și finală</i>.</p> <p>1. Evaluarea inițială/ diagnostică, orală se efectuează la începutul activităților de predare pentru a stabili gradul de pregătire a studenților pentru cursul preconizat, potențialul de învățare la începutul unei noi activități. Se apreciază prin <i>interviu, chestionare orală, conversație, expuneri orale</i>, cunoștințele, abilitățile și competențele profesionale formate pe parcursul altor cursuri, pentru a ști dacă sunt apti să se integreze cu șanse de reușită în noul curs de instruire, pentru realizarea noilor obiective.</p> <p>2. Evaluarea curentă dinamică formativă, scrisă se efectuează sub forma a <i>două lucrări de control</i> petrecute în cadrul orelor seminare, pe un grup de teme cu subiecte ce cuprind cele trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare), și <i>lucrărilor individuale</i>, cu scopul de a cunoaște dacă și în ce măsură obiectivele privind cunoștințele și capacitățile ce trebuiau însușite au fost atinse. Demersul vizează atât cunoașterea progreselor studentului, cât și identificarea dificultăților de învățare pe care le întâmpină. Pornind de la esența evaluării dinamice, constatăm caracterul formativ al acesteia.</p> <p>3. Evaluarea finală sumativă/scrisă, de bilanț se efectuează conform planului de studii prin examen, sub forma testării în scris sau oral. Testele de examinare conțin două subiecte care corespund celor trei nivele (cunoaștere, aplicare, integrare). Aprecierea se efectuează conform baremelor unice universitare, pentru subiectele propuse pentru examen.</p>	
Stabilireanoteifinale(pondereaexprimatăîn %)	Notafinală	100%
	Notapentruevaluareaafinală	40%
	Notaevaluareacurentă	20%
	Notadelaactivitatealaprelegerișiseminare	20%
	Notalucruluiindividual	20%