

FIȘA DISCIPLINEI

1. Date despre program

Facultatea	Facultatea de Litere și Științe ale Comunicării
Departamentul	Limba și literatura română și științele comunicării
Domeniul de studii	Comunicare și Relații Publice
Ciclul de studii	Licență
Programul de studii	Comunicare și Relații Publice

2. Date despre disciplină

Denumirea disciplinei	Educație fizică și sport				
Anul de studiu	I	Semestrul	I	Tipul de evaluare	Verificare
Regimul disciplinei	Categorica formativă a disciplinei DF - fundamentală, DS - de specializare, DC – complementară				DC
	Categorica de opționalitate a disciplinei: DOB – obligatorie, DOP – opțională, DFA - facultativă				DOB

3. Timpul total estimat (ore alocate activităților didactice)

I a) Număr de ore pe săptămână	1	Curs		Seminar	1	Laborator/ Lucrări practice		Proiect	
I b) Totalul de ore pe semestru din planul de învățământ	14	Curs		Seminar	14	Laborator/ Lucrări practice		Proiect	

Distribuția fondului de timp pe semestru	ore
II.a) Studiu individual	9
II.b) Tutoriat (pentru ID)	
III. Examinări	2
IV. Alte activități (precizați):	

Total ore studiu individual (II.a+II.b+III)	11
Total ore pe semestru (I.b+II.a+II.b+III+IV)	25
Numărul de credite	1

4. Competențe specifice acumulate

Competențe profesionale/generale	
Competențe transversale	CT1 Își asumă responsabilitatea CT3 Lucrează în echipe

5. Rezultatele învățării

Cunoștințe	Aptitudini	Responsabilitate și autonomie
Identifică și explică principiile fundamentale ale unui stil de viață sănătos. Recunoaște beneficiile activității fizice regulate. Identifică riscurile și măsurile de siguranță în activitatea sportivă. Înțelege rolul comunicării nonverbale în contextul sportiv.	Analizează și înțelege dezvoltarea fizică și motrică a individului. Selectează exerciții fizice în funcție de finalitatea acestora.	Participă activ la jocuri și activități de grup, contribuind la atingerea obiectivelor comune, respectând reguli sportive. Acționează în spiritul fair play-ului, respectând adversarii și deciziile conducătorilor de joc.

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

Obiectivul general al disciplinei	Materializarea finalităților sub toate aspectele concretizate în progresele individului în plan somatic, funcțional, cognitiv, motric, afectiv și social în funcție de cerința și evoluția societății.
-----------------------------------	--

7. Conținutul predării și învățării

Curs	Nr. ore	Metode de predare	Observații
Bibliografie minimală recomandată			

8. Evaluare			
Tip activitate	Criterii de evaluare	Metode de evaluare	Pondere din nota finală
Curs			
Seminar	Criteriile generale de evaluare (calități motrice de bază) Criterii specifice disciplinei Criterii ce vizează aspectele atitudinale și motivaționale ale activității studenților	Verificare practică	Verificare calități motrice 50 % Verificare complex tehnico-tactic 50 %
Laborator/ Lucrări practice			
Proiect			

Data completării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de curs	Grad didactic, nume, prenume, semnătura titularului de aplicație
23.09.2025		Asistent Daniela COSTIAN
Data avizării	Grad didactic, nume, prenume, semnătura responsabilului de program	
23.-9.2025	Lector univ. dr. Petru-Ioan MARIAN-ARNAT	
Data avizării în departament	Grad didactic, nume, prenume, semnătura directorului de departament	

23.-9.2025	Prof. univ dr. Claudia COSTIN
Data aprobării în consiliul facultății	Grad didactic, nume, prenume, semnătura decanului
26.09.2025	Prof. univ dr. Daniela-Viorica PETROȘEL