

# "UNIVERSITATEA „POLITEHNICA” DIN TIMIȘOARA

**SYLABUS**  
pentru disciplina:

## **“EDUCAȚIE FIZICĂ”**

**FACULTATEA DE AUTOMATICĂ ȘI CALCULATOARE**  
**DOMENIUL /SPECIALIZAREA: CALCULATOARE ȘI TEHNOLOGIA**  
**INFORMAȚIEI**

Anul de studii:II

Semestrul: 1

<b>Titularul cursului: asist.univ. CIOSICI MARIA</b> <b>Colaboratori: asist.univ. CABA VLAD</b>
--

<b>Numar de ore/saptamana/Verificarea/Credite</b>					
<b>Curs</b>	<b>Seminar</b>	<b>Laborator</b>	<b>Proiect</b>	<b>Examinare</b>	<b>Credite</b>
-	1	-	-	D	1

### **A. OBIECTIVELE CURSULUI**

- îmbinarea armonioasă a activității intelectuale
- acomodarea pentru practicarea sistematică în mod independent a exercițiului fizic;
- contribuție activă la fenomenul de socializare în rândul studenților prin participarea la competiții studențești;
- formarea unor deprinderi de disciplină și punctualitate;
- comunicare și lucrul în echipă: 0,49%.

### **B. SUBIECTELE CURSULUI**

Practicarea exercițiului fizic prin opțiunea exprimată către una din următoarele ramuri de sport: aerobic, baschet, culturism, fotbal, handbal, fitness, jogging, tenis de câmp, volei, în cadrul căreia se realizează pregătirea organismului pentru efort, însușirea tehnică pe ramuri sportive, practicarea ei în mod integral și exerciții de îmbunătățire a capacității de efort.

### **C. SUBIECTELE APLICATIILOR (laborator, seminar, proiect)**

- competiții și campionate pe ramuri sportive;
- practicarea independentă.

### **D. BIBLIOGRAFIE** *Se indică maximum trei titluri bibliografice de referință*

- Îndrumătoare metodice pe ramuri sportive ale cadrelor didactice din U.P.T.
- Îndrumător metodic – M. Popescu, A.S.E. București

#### **E. PROCEDURA DE EVALUARE**

- participarea sistematică la lecții;
- calificativ admis sau respins.

#### **F.COMPATIBILITATE INTERNATIONALA**

- În toate Universitățile Europene, dar cu un număr mai mare de ore alocate activității.

Data: 03.04.2008

**ȘEF CATEDRĂ,**  
**DISCIPLINĂ,**  
Lector univ.dr. ALMĂJAN – GUȚĂ BOGDAN  
MARIA

**TITULAR DE**  
Asist.univ. CIOSICI